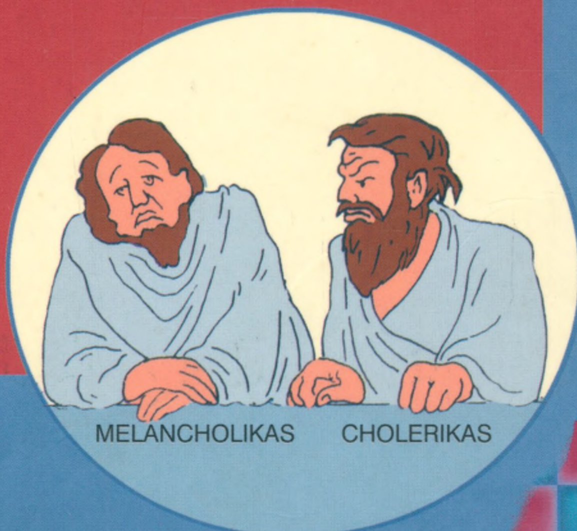
PSICHOLOGIJOS

atlasas

II tomas



alma littera

Helmut Benesch

PSICHOLOGIJOS
atlasas
II tomas

Iliustravo
Hermann ir Katharina von Saalfeld



Vilnius 2002

UDK 159.9 (084.4)
Be–196

Versta iš:
dtv-Atlas Psychologie. 6. Auflage
München, 1997
ISBN 3–423–03225–1



Knygos leidimą parėmė
Atviros Lietuvos fondas

Vertė *Giedrius Markevičius,*
Aldona Bendorienė

Redagavo *Aldona Bendorienė*

ISBN 9955–08–016–7 (bendras)
ISBN 9955–08–114-7 (II tomas)

Dvitomis „Psichologijos atlasas" sistemiškai apžvelgia šios srities reiškinius ir jų tyrimų metodus. Patikima atlasų sistema, t. y. išsamių tekstų ir su jais susijusių spalvotų paveikslėlių vienovė, kaip paaiškėjo, ypač tinka suprantamai aprašyti painius psichologijos mokslo ryšius.

Šį antrąjį tomą sudaro asmenybės, raidos, socialinės, masių, aplinkos psichologijos, zoopsichologijos, psichodiagnostikos, klinikinės, taikomosios ir kultūros psichologijos skyriai, taip pat abėcėlinis aiškinamasis svarbiausių sąvokų žodynėlis, literatūros sąrašas, abiejų tomų vardų ir dalykų rodyklės.

Pirmąjį tomą sudaro įvadas, teorijų istorijos, metodikos, statistikos, neuropsichologijos, suvokimo, atminties, mokymosi, aktyvacijos, kognityvinės, bendravimo ir emocijų psichologijos skyriai bei rodyklė.

Prof. Dr. *Hellmuthas Beneschas*, gimęs 1924 m., yra Mainco universiteto klinikinės psichologijos profesorius. Jo tyrimų sritys: neuropsichologija, psichoterapija, psichokibernetikos pagrindai. Yra išleidęs daug knygų: „Žmogaus gydymo mokslas" (1958); „Psichikos raida" (1980); „Tarp kūno ir sielos. Psichokibernetikos pagrindai" (1988); „Psichologijos skaitiniai" (1990); „Kodėl pasaulėžiūra?" (1990); „Gelmės netektis" (1991); „Automatų žaidimai" (1992); „Psichologijos taikymo sritys" (1992); „Psichologijos pagrindai" (1992); „Klinikinės psichologijos ir psichoterapijos enciklopedinis žodynas" (1995).

Prof. *Hermannas Fr. von Saalfeldas*, gimęs 1928 m., yra Mainco universiteto Vaizduojamosios dailės skyriaus piešimo profesorius; darbo sritys: knygų iliustravimas, karikatūra, multiplikacija.

Jo duktė *Katharina von Saalfeld* yra baigusi meninio piešimo studiją ir kaip laisva dailininkė užsiima sienų tapyba bei knygų iliustravimu.

Pratarmė

Kai kuriems skaitytojams „tikroji" psichologija galbūt prasideda tik XII skyriumi, nes jie nujaučia, kad antrojo tomo temos atitiks jų didžiausius lūkesčius. Vis dėlto šių skyrių medžiagos neįmanoma suprasti nesiremiant pirmojo tomo 11 skyrių. Pavyzdžiui, neįsigilinus į bendravimo psichologiją (X sk.), socialinę psichologiją galima nagrinėti tik paviršutiniškai. Tas pat pasakytina ir apie kitas antrajame tome aprašytas mokslo šakas. Nors atskiros psichologijos sritys kartais gali atrodyti gana tolimos, sudarant *abu* šio atlaso tomus buvo siekiama psichologiją apžvelgti kaip vientisą dalyką. Antrajame tome aptariamos psichologijos šakos ne mažiau įvairios negu dėstomos pirmajame. Pradedama trimis pamatiniais dalykais. Asmenybės psichologija pateikia asmenybės teorijų įvairovę. Tai reikalinga, nes nėra visiems žmonėms tinkamo asmenybės modelio. Kitas – raidos psichologijos – skyrius nagrinėja svarbiausius šio dalyko klausimus: pabrėžtina, kad pastaruoju metu siekiama kur kas plačiau atspindėti individualią raidą. Nors socialinė psichologija dar gana nauja psichologijos sritis, jai pavyko reikšmingai išsiplėsti. Kiti du mažesni, bet ne mažiau įdomūs dalykai yra masių ir aplinkos psichologija. Zoopsichologija (XVII sk.) irgi gali įvairiopai skatinti žmogaus psichologiją. XVIII–XX skyriai susiję su psichologijos taikymu. Tai daugiausia ir nagrinėja būsimieji diplomuoti psichologai per antrąjį studijų etapą. Šiomis trimis psichologijos šakomis labiausiai domisi ir kiti mokslai (medicina, pedagogika, teisė, sociologija bei kt.). Baigiama kultūros psichologija, kuri savo ruožtu ribojasi su kultūros mokslais.

Kaip priedas pateiktas aiškinamasis sąvokų žodynėlis. Literatūros sąrašas (taip pat ir dėl apimties) suskaidytas į tokius pat skyrius kaip atlasas; tai nėra šio atlaso šaltinių sąrašas, bet pagalbinė priemonė tolesniam darbui. Į antrojo tomo rodykles įeina ir pirmojo tomo rodyklės.

Dar kartą dėkojame anksčiau išleisto pirmojo tomo redaktoriams (Christa Stoschek, Gabriele Wurm, Winfried Groth). Tikimės, kad antrasis tomas sulauks tokio pat atgarsio kaip ir pirmasis.

Maincas, 1987 m. vasara H. B. ir H. v. S.

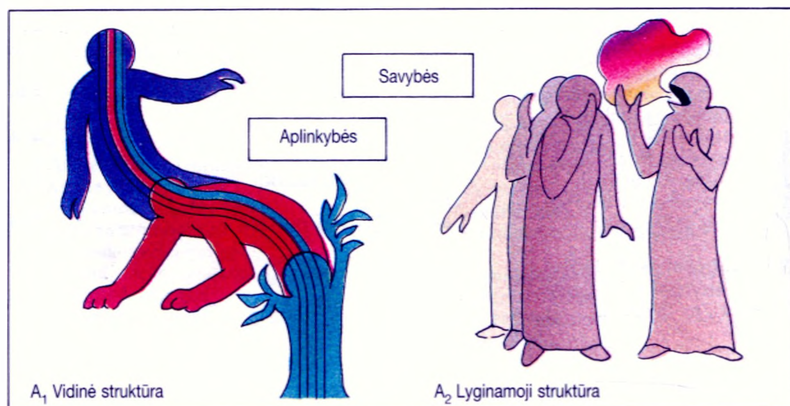
Pratarmė 2-ajam leidimui

Netrukus po pirmojo tomo naujo leidimo bus išleistas ir atnaujintas antrasis tomas, kuriame irgi atsižvelgta į naujus tyrimus, papildyta atskiros temos ir sąvokų bei literatūros sąrašai. Beje, tekstas ir piešinėliai palikti tie patys, nes atlasas – tai ir įvadas, ir žinynas. Dėkojame už daugybę malonių laiškų ir recenzijų.

Maincas, 1990 m. ruduo H. B. ir H. v. S.

Naujuose leidimuose – kaip ir seniau – tekstai tobulinami ir papildomi.

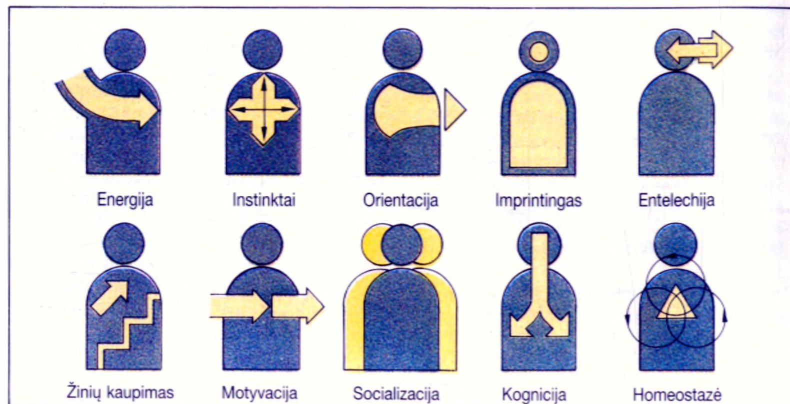
Maincas, 1997 m. ruduo H. B. ir H. v. S.



A Individo struktūra



B Individuacija



C Susitelkimas

Sename amerikiečių asmenybės psichologijos vadovėlyje (KLUCKHOHN, MURRAY, 1948), laisvai išvertus, rašoma taip:

Kiekvienas žmogus tam tikra prasme toks pat kaip *visi* kiti žmonės, iš dalies kaip *kai kurie* iš jų, tačiau drauge nepanašus į *jokį kitą* žmogų.

Daugumoje psichologijos skyrių nagrinėjami visiems žmonėms bendri dalykai. **Asmenybės psichologija**, priešingai, dėmesį sutelkia į atskiro žmogaus ypatumus.

Kas yra šie ypatumai?

Į šį, atrodytų, paprastą klausimą neįmanoma atsakyti vienareikšmiškai. Žmogaus kūnas, sudarytas iš 60 milijardų ląstelių, yra veikiamas pačių įvairiausių įtakų, o jo istorija individuali, kupina nenusakomų derinių.

Psichologiniais tyrimais mėginama šią gausybę derinių „persijoti". Individas tyrinėjamas tam tikrais atžvilgiais, kaip vienovė jis išskaidomas, iškeliamos ir tikrinamos atskiros teorijos. To išdava – paini požiūrių įvairovė. Tačiau visi per psichologijos istoriją susiformavę **požiūriai į asmenybę** bent iš dalies nagrinėja mažiausiai tris pamatines problemas.

A Individo struktūra

Nors žmogus yra individas (pažodžiui: nedalomas), jau nuo senovės neabejojama, kad jo psichikos dalys yra skirtingos.

Skiriamos dvi pagrindinės kryptys.

(A_1) Vieni mokslininkai bando apibūdinti individo **vidinę struktūrą** (pagal savybes), t. y., sekdami ARISTOTELIU, skiria sielos lygius:

vegetacinė (augalinė),
juslinė (gyvulinė) ir
dvasinė siela; pastaroji, anot HOMERO, tam tikrą laiką po mirties dar lieka gyva kaip astralinė siela gyvųjų atmintyje.

(A_2) Kiti remiasi individo vientisumu, ir jį, kaip **lyginamąją struktūrą** (pagal aplinkybes), gretina su „tipiškais" *kitų* žmonių skirtumais, pvz., ARISTOTELIO sekėjas TEOFRASTAS yra aprašęs 30 tipų, tarp jų garsųjį pagyrūną (plg. I, 3). Tebegyvuoja šios abi grupės, kurias HERRMANNAS (1985) pavadino traitistais (savybių teoretikais) ir interakcionistais (aplinkybių teoretikais).

B Individuacija

Antrasis istorinis klausimas skamba taip:

Nuo ko priklauso psichiniai reiškiniai?

Svarbiausi individą sąlygojantys veiksniai domino žmones irgi nuo senų laikų. Antikinės psichosofijos žmogų traktavo kaip pavaldų likimui, kaip Dievo gyvavaizdį, kaip „politinį gyvūną", kaip gamtos dalį ir kt. Šios žmogaus sampratos Naujųjų laikų pradžioje išsiplėtojo į daugybės charakterių sampratą. Ankstesnioji charakterologija bandė nusakyti žmogaus esmę. Dabar manoma, jog toks tikslas nepasiekiamas. Daugiau tiriamos sudėtingos individo sąsajos, t. y. (iš dalies stabili, iš dalies labili) kūno ir aplinkos sistema. Taigi galima sakyti, kad žmogus priklauso nuo 3 pagrindinių dalykų.

1) Pirmiausia žmogus reiškiasi kaip kūnas, t. y. jį veikia organizmo procesai. Tai rodo jo *fizinę priklausomybę*.

2) *Socialinė priklausomybė* reiškia, jog žmogus nuolat yra veikiamas aplinkos.

3) *Savireguliacija* aiškinama įvairiai: kaip žmogaus Aš priklauso nuo transcendentinių jėgų arba nuo jo paties raidos ypatumų ir su tuo susijusių gyvenimo problemų bei konfliktų sprendimo pobūdžio.

Asmenybės tyrimui (plg. XII, 6, 7) svarbios trys individo vertinimo sritys:

jo *savitumas* (psichikos unikalumas), *darna* (tolygus keitimasis) ir *orumas* (savigarba).

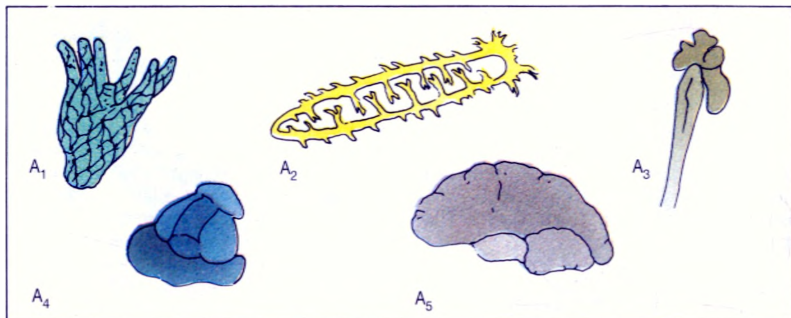
Visos jos drauge atspindi tiek žmogaus įvairialypumą, tiek vientisumą.

C Susitelkimas

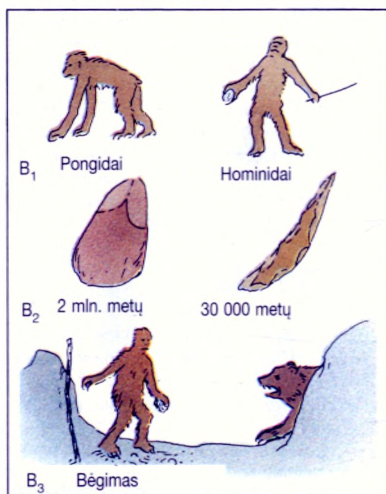
Trečias svarbus klausimas – tai žmogaus jėgų sutelkimas. Dažnai nesėkmingai bandoma žmogų paversti *vien* susitelkimo principu. Žemiau vardijamos sąvokos rodo, kaip konkuruojančios jėgos viena kitą papildo:

1) *energija* (pagrindinė psichinė jėga, pvz., Aš tvirtumas);
2) *instinktai* (genetinis susitelkimas ir kiti nesąmoningi potraukiai);
3) *orientacija* (automatiškas dėmesys aplinkai);
4) *imprintingas* (paveldėti reakcijų impulsai jautriais raidos laikotarpiais);
5) *entelechija* (Antikoje: nukreiptumas į tikslą, šiandien: saviraiška);
6) *žinių kaupimas* (mokymasis visą gyvenimą);
7) *motyvacija* (įvairiausios motyvacijos teorijos, plg. XII, 8 ir kt.);
8) *socializacija* (nepastebimi prisirišimai prie visuomenės, bendrijų kūrimas);
9) *kognicija* (proto skvarbumas, gyvenimo gairių numatymas);
10) *homeostazė* (psichofiziologinė pusiausvyra).

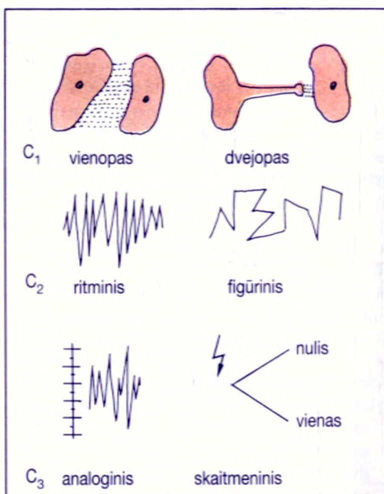
Apmąstant vien šių 10 apibūdinimų kibernetines kombinacijas paaiškėja, kokios ribotos galimybės „apskaičiuoti" žmogų.



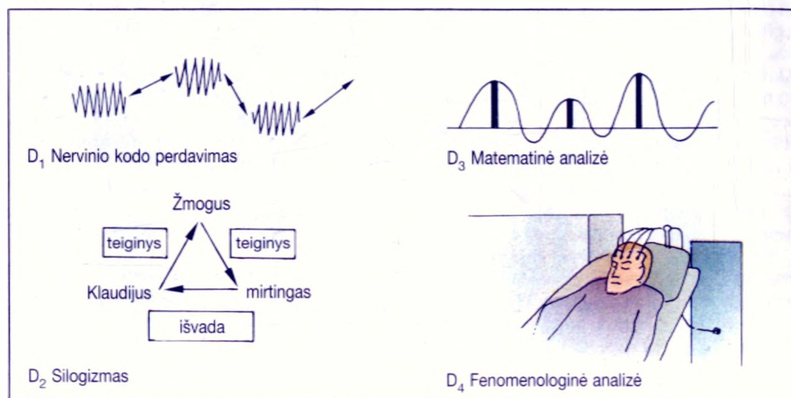
A Nervų sistemos evoliucija



B Biopsichologija



C Neuropsichologija



D Psichokibernetika

Asmenybės teorijų įvairovė neišvengiama, nes *viena* teorija neįmanoma išsemti asmenybės kintamųjų gausybės. **Gamtamokslinės teorijos**, kitaip nei vėlesnės teorijų grupės, pabrėžia *fizinius* asmenybės ypatumus.

A Nervų sistemos evoliucija

(A_1) Evoliucijos istorija (plg. IV, 3) teigia, kad nervų sistema vystosi jau pusė milijardo metų. Pirmosios nervinės ląstelės susiformavo iš išorinių (odos) ląstelių (kaip rutuliojantis embrionui šiais laikais). Paprasčiausia sistema yra nervų raizginiai (pvz., gėlavandenių polipų). Jų funkcijos – tik keleriopas raumenų susitraukimas.

(A_2) Aukštesnis raidos laiptelis – virvinių kopėčių sistema (pvz., kai kurios plokščiosios kirmėlės). Čia galima atpažinti taisyklingą dvigubą nervų išsidėstymą, kuris galvoje susitelkia į nervų mazgų grandines ir žiedus.

(A_3) Trijų pūslelių stadija (be kitų gyvūnų, būdinga žuvims) rodo jau aukštesnę priekinių, vidurinių, užpakalinių smegenų raidą.

(A_4) Aukštesniųjų stuburinių susiformavusios jau ir „tikrosios" smegenys.

(A_5) Žmogaus smegenys sudarytos iš 11 mlrd. nervinių ląstelių. Nors sritys labai specializuotos, jas jungia itin tankus, 384 000 km, skaidulų tinklas (ypač smegenų žievėje), todėl jos gali funkciškai sąveikauti.

B Biopsichologija

(B_1) Žmonių primatai (hominidai) maždaug prieš 9 mln. metų pamažu ėmė skirtis nuo aukštesniųjų beždžionių (pongidų), tai truko daugiau kaip 8 mln. metų – iki dabartinio žmogaus (*homo sapiens sapiens*). Ilgą laiką buvo bandoma šį žmogaus tapsmą nusakyti remiantis kuriuo nors vienu požymiu (smegenų apimtimi, vaikščiojimu stačiomis, rankų naudojimu, prisitaikymu prie aplinkos, įrankių naudojimu, kalba, gebėjimu perduoti patyrimą kitoms kartoms ir kt. Tačiau žmogaus vaidmenį vis dėlto nusako ne vienas požymis, bet vienų ir kitų veiksnių *tarpusavio sąveika*.

(B_2) Apie ilgą žmogaus raidą byloja akmeninių įrankių pavyzdžiai. Prieš beveik 2 mln. metų naudotas įrankis – tik šiek tiek aptašytas akmuo (kad būtų galima geriau įsitverti), o kromanjoniečiai prieš 30 000 metų naudojo titnagą jau kaip specializuotą instrumentą.

(B_3) Šito kasdien kaupiamo patyrimo suformuotas elgesys užstoja žmoguje glūdinčią instinktyvių veiksmų programą, pavyzdžiui, bėgti nuo pavojingų žvėrių; šiandien toks elgesys iškyla kaip socialinė savisauga.

C Neuropsichologija

Nuo XIX a. pradžios psichika tapatinama su smegenų veikla. Kadangi skirtingų žmonių smegenys daugiausia yra panašios, atrodytų, neįmanoma paaiškinti asmeninių ypatumų. Vis dėlto yra žinoma, kad nervinių ląstelių ryšiai susiformuoja gana vėlai, visą gyvenimą išlieka nepastovūs; taigi ir fizinės savybės lemia veiksmų įvairovę (plg. IV, 1).

(C_1) Pirmapradės nervų sistemos buvo vienopos, t. y. susietos *chemiškai*. Tobulėjant neuronų atšakoms (kai kurie aksonai 1 m ilgio, kai kurie turi iki 1000 galūnėlių), nervų sistema tapo labiliu reguliavimo organu, pasižyminčiu dvejopais – *elektrinio* ir *cheminio* – kodavimo procesais.

(C_2) Yra dvi informacijos perdavimo rūšys: *ritminis* (elektrinis perdavimas) ir *figūrinis*• (per kintamus cheminius ryšius).

(C_3) Tam tikrais kodais informacija iššifruojama *analogiškai* kaip ritmiškas sujaudinimas ir *skaitmeniniu būdu* – kaip figūrinė informacija.

D Psichokibernetika

(D_1) Vienas iš šių dviejų būdų – skaitmeninis-figūrinis perdavimas (greta analoginio-ritminio) formaliai gali būti lyginamas su logikos pavyzdžiais.

(D_2) Loginiu silogizmu daroma formali išvada. Teiginys (Klaudijus yra žmogus) ir antras teiginys (visi žmonės mirtingi) gimdo trečią teiginį – išvadą (Klaudijus yra mirtingas).

Ši formali struktūra yra nuoroda teigti, kad psichiką galima interpretuoti ir *formaliai*: racionali informacija (kaip čia) gali būti aiškinama asociatyviai figūriniais pavyzdžiais.

Įdiegus skaitmeninę sistemą paaiškėjo, kad ji labai universali. Emocinė informacija, kaip analoginiuose kompiuteriuose, gali būti išskaitoma iš ritminio sujaudinimo kodo.

(D_3) Jeigu neuronų vyksmų ir psichinių reiškinių pagrindas tas pats (psichinis reiškinys gali būti išreiškiamas neurofiziniu), psichikos reiškiniams galima panaudoti matematinę analizę (Fourier analizė): skaičiavimo mašinos atpažintų reiškinį ir galėtų analizuoti dažnius bei amplitudes.

(D_4) Antra vertus, fenomenologinės analizės (kai registruojami psichologiniai išgyvenimai) arba formalaus kodų atpažinimo atveju irgi įmanoma nustatyti ryšį su neuronų vyksmais.

Šis teoriškai pagrįstas kūno ir sielos problemos (plg. IV, 1) gamtamokslinio tyrinėjimo kelias yra atskaitos taškas asmenybės interpretavimo gamtamokslinei analizei.


A_1 Artimas ryšys


A_2 Nuotolinis ryšys

A Prieraišumas





B Aplinka


C_1 Tarpusavio santykiai


C_2 Prisiderinimas

C Bendruomenė


D_1 Taisyklių laikymasis


D_2 Taisyklių nesilaikymas

D Normavimas

Žmogus kaip individas formuojasi veikiamas buvusių ir esamų tarpasmeninių santykių bei situacijų, kuriose gyvena (t. y. jį supančių susijusių aplinkybių). Šis teiginys bendrais bruožais apibūdina **socialinių teorijų**, t. y. kitos didelės teorijų grupės, pabrėžiančios individualius ypatumus (pvz., interakcinė kryptis; MISCHEL, 1973), esmę.

A Prieraišumas

Tai, kaip stipriai kūdikis išgyvena ryšį su motina ar kitu juo besirūpinančiu asmeniu, lemia jo vėlesnę raidą. Iš pradžių jis neskiria subjekto ir objekto. Antai RENÉ SPITZ kalba apie naujagimio „objekto neskyrimo stadiją", po jos eina „pradinio objekto suvokimo" ir pagaliau – „objekto ir subjekto skyrimo stadija". Suprantama, kad šios ankstyvosios raidos fazės labai stipriai veikia žmogaus psichinę pusiausvyrą. Tokioje introvertiškoje būsenoje jis išgyvena (arba ne) pamatinį pasitikėjimą, kuris yra pasitikėjimo savimi ir kitais pagrindas. Todėl labai reikalingas vaiku besirūpinančio asmens gebėjimas užmegzti *artimą ryšį*, perteikiantį vaikui „lizdo šilumą".

Lygiai tiek pat žmogaus raidai svarbu tai, kad tas artimas ryšys ilgainiui taptų vis patikimesnis, ir dėl to, nepaisant atstumo, būtų galima jaustis saugiam.

Prieraišumas dažnai yra tarsi labai ilgas saitas (*nuotolinis ryšys*), jungiantis mus su kitais žmonėmis ir garantuojantis saugumą tiek mums, tiek kitiems. Šis vaikystėje atsiradęs prieraišumas pamažu perkeliamas ir į didesnius socialinius vienetus, pvz., jaučiamės prisirišę prie mokyklos draugų, gimtinės, idealų, tai yra prie savo Aš dalies.

B Aplinka

Ankstyvosios vaikystės aplinka, kaip gamtinių ir socialinių aplinkybių patyrimo visuma, lemia tolesnio klestėjimo ar smukimo mastą. Joje formuojasi ir socialiniai lūkesčiai bei apipavidalinimo polinkiai (pvz., buto pertvarkymas).

Tokie internalizuoti prisitaikymo aspektai dažniausiai nepastebimai nulemia viltis ar būgštavimus, susijusius su savo gyvenimo standartų išlaikymu.

C Bendruomenė

Nuo senovės bendruomenė (*communitas*) laikoma individo prisitaikymo pagrindu:

„Pirmieji filosofijos studijų vaisiai yra bendruomeniškumo, padorumo ir vieningumo supratimas" (SENEKA).

Yra daug skirtingų bendruomeniškumo formų, todėl jo įtaka individo raidai įvairialypė. Nelygu bendruomenės rūšis (šeima, giminė, darbo grupė, kaimynai, tauta), įvairuoja ir poveikių kryptys. Galima išskirti pozityvius ir negatyvius poveikius.

Pozityvūs poveikiai:

Bendruomenė padeda atlikti vaidmenis (pvz., vadovo vaidmuo), kaupti daugialypę patirtį (pvz., žaidimo grupė), gali sustiprinti atskirą savo narį, ką vargu ar pajėgtų jis pats. Skatindama lyginti save su kitais, visuomenė žmogų ugdo.

Negatyvūs poveikiai:

Bendruomenė gali slopinti individualią raidą. Dėl visuomenės lyderio piktnaudžiavimo valdžia galima jaustis nepakenčiamai. Privilegijos pakerta socialinį teisingumą. Klikos formavimasis didina konfliktų tikimybę. Didelės grupuotės skatina žmonijai grėsmingą interesų antagonizmą.

Individui bendruomenė daro įtaką dvejopai:

(C_1) Pagal tai, kaip vertinami *santykiai* bendruomenės atžvilgiu, galima išskirti *pagalbą* (tarpusavio palaikymą) ir *konfrontaciją* (vedančią į ginčą).

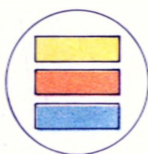
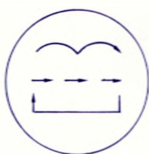
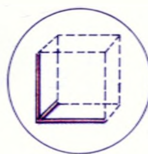
(C_2) Antroji kryptis susijusi su individo prisitaikymu prie bendruomenės: čia galima išskirti *polinkį prisiderinti* (darnos siekimą) ir *polinkį išsiskirti* (norą pirmauti).

D Normavimas

Bendruomenė formuoja kiekvieną žmogų remdamasi trimis minėtais punktais. Tai dar sustiprina bendruomenės kuriamos normos bei daugybė nerašytų įstatymų.

Išskirtinos tokios asimiliavimo tendencijos:
normavimas pagal *rangus* (iškėlimas ar pavergimas),
pagal *vaidmenis* (adaptuotas elgesys),
pagal *situacijas* (momentinės aplinkybės),
pagal *metą* (pvz., laikotarpio mada),
pagal *vietovę* (pvz., regiono taisyklės),
pagal *informacijos turinį* (pvz., žodinis tabu),
pagal *dorovės taisykles* (pvz., mandagumo taisyklės).

Dėl tokio normavimo bendruomenės nariai tampa vis panašesni vienas į kitą, kol pagaliau darna (panašumas) tampa patrauklumo matu, o nepanašumas laikomas nederamu. Tai – *taisyklių laikymasis*. Netgi pabrėžiamas taisyklių nebuvimas gali tapti taisykle. Tai – *taisyklių nesilaikymas*.

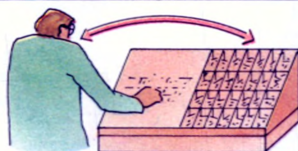





A_1	A_2	A_3	A_4
Savęs išgyvenimas	Aš raida	Savęs įtvirtinimas	Saviugda
Saviraiška Refleksija Derefleksija	Pamatinis pasitikėjimas Autonomija Iniciatyva	Savikritika Savikūra Savikliova	Imlumas Įsisavinimas Savidrausmė

A Humanistinės teorijos



B_1 Sintaksė



B_2 Pragmatika



B_3 Sigmatika

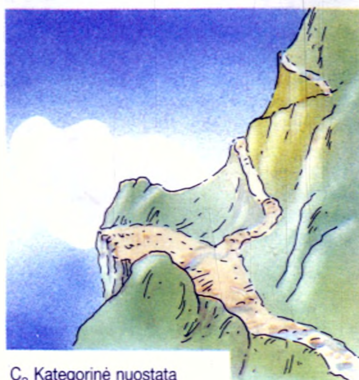


B_4 Semantika

B Semiotinė interpretacija



C_1 Paaiškinimo poreikis



C_2 Kategorinė nuostata

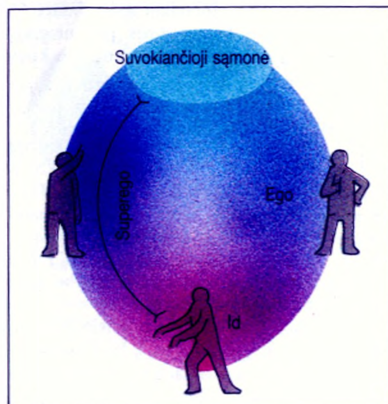
C Ideologinė kryptis

„Mes, humanistinės krypties psichologai, turėtume apgailestauti, jog esame psichologai, jei psichologija žmogų laiko tik didele balta žiurke arba sudėtingu kompiuteriu".
– rašė J. T. F. BUGENTALIS 1967 m. viename straipsnių. Nuo tuo metu psichologijoje prasidėjusios „kognityvinės eros" **humanitarinės teorijos** ėmė tyrinėti asmenybę vis labiau pabrėždamos jos gebėjimą savo elgesį valdyti.

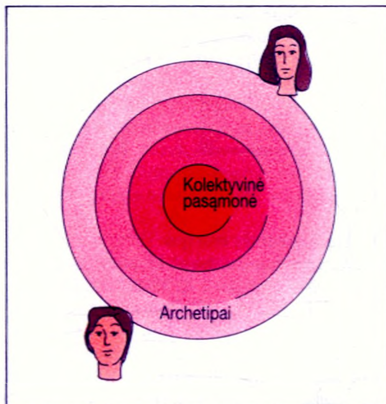
A Humanistinės teorijos
Įvairialypei humanistinės krypties psichologų grupei galima priskirti A. MASLOWĄ, CH. BUHLERĮ, V. E. FRANKLĮ, C. ROGERSĄ, E. H. ERIKSONĄ, R. MAY, A. ELLISĄ, A. KOESTLERĮ, F. PERLSĄ, E. GOFFMANĄ, E. FROMMĄ, A. LAZARUSĄ, E. BERNE, G. KELLY, J. ROTTERĮ ir kt. Jų pagrindinė tema yra sudėtingas žmogaus santykis su pačiu savimi.
(A_1) **Savęs išgyvenimą** galima nusakyti klausimu: Kas aš esu?
Dar būdami jauni daugelis žmonių, išreikšdami save, bando pažinti savo gebėjimus ir asmenybės savybes (tai vyksta kaip savistaba, savęs pateikimas, prasmės ieškojimas, savikontrolė). Žmogaus dėmesys pakaitomis krypsta tai į save (refleksija), tai į aplinką (derefleksija). Šie du procesai pakaitomis keičia ir papildo vienas kitą tarsi daosistiniame in ir jang simbolyje susijungusios žuvies pūslės (šios krypties atstovai dažnai skolinasi idėjas iš Rytų Azijos).
(A_2) Kai kurie autoriai pripažįsta **Aš raidos** „asmenybiškumo principą" (CH. BUHLER). Anot E. ERIKSONO, pamatinį pasitikėjimą žmogui augant keičia asmens autonomija, vėliau – nekonformistinė iniciatyva.
(A_3) **Savęs įtvirtinimą** (emancipaciją) apibūdina branda, t. y. savęs atradimas, kuris reiškiasi savęs pažinimu ir saviaukla.
Pirmoji iš trijų savęs įtvirtinimo stadijų yra *savikritika*, padedanti įsivyrauti pusiausvyrai tiek tarp subjektyvaus ir objektyvaus Aš aspekto (W. JAMES), tiek tarp idealaus ir realaus Aš vaizdo (C. ROGERS). *Savikūra* (savęs kaip individo planavimas, instruktavimas, „gyvenimo perspektyvos kūrimas" – A. MASLOW) padeda realizuoti gyvenimo tikslus. Pasitikėjimą savimi (*savikliovą*) galima apibrėžti kaip minimalų psichikos pažeidžiamumą vidinio ir išorinio pavojaus atveju.
(A_4) **Saviugda** apima 3 su asmenybės branda susijusius „Aš konceptualizavimo" (V. G. RAIMY) lygmenis:
imlumas (imlumas įspūdžiams, atvirumas naujumui), *įsisavinimas* (patirties kaupimas), *savidrausmė* (savo poreikių apribojimas). Turint galvoje humanistinės psichologijos *vientisumą*, šios trys sritys viena nuo kitos neatskiriamos.

B Semiotinė interpretacija
Pačia vaisingiausia XX a. humanitarinių teorijų tikriausiai galima laikyti semiotiką (ženklų ir reikšmių mokslą, G. FREGE apibrėžimas, 1892). Ji apima 4 siauresnes sritis, kurias aiškinanti teorija (žr. I, 4) tinka asmenybei apibūdinti.
(B_1) *Sintaksė* nagrinėja ženklus („raides") ir jų santykių struktūrą. Tai suteikia asmenybei galimybę koduoti individualias savybes.
(B_2) *Pragmatika* tiria ryšį tarp ženklo ir jo kūrėjo („rinkėjo ir spausdintojo"); čia ji suprantama kaip asmeninių orientacijų ir tikslų semiotinis interpretavimas.
(B_3) *Sigmatika* aprašinėja nurodomųjų (įvairių pagalbinių) ženklų tinkamumą žmogui atsižvelgiant į jo raiškos gebėjimus.
(B_4) *Semantika* remiasi siauresne ženklų reikšme: pvz., arklio pasaga – laimės simbolis, Nojaus balandis – taikos simbolis. Asmenybės atveju – tai individą apibūdinančios psichinės nuostatos, idealai. Semiotinė interpretavimo sistema perkeliama ir į kibernetines blokines schemas (plg. I, 6), pasižyminčias taksonominėmis charakteristikomis.

C Ideologinė kryptis
Metakognicijos sąvoka (FLAVELL, 1979) apibendrina pasaulėžiūrinius įsitikinimus, dvejopai išskiriančius pavienį žmogų iš kitų.
(C_1) Kiekvieno žmogaus *paaiškinimo poreikis* reiškiasi skirtingai. Daugelis įvykių (kaip didelės nelaimės ar neįprasti dangaus reiškiniai) žadina transcendentinius spėliojimus: arba kaip senus pasaulėžiūrinius įsitikinimus, arba kaip savarankiškus požiūrius, šiais įvykiais daugiau ar mažiau pagrįstai praturtinančius asmens patirtį.
(C_2) Vien paaiškinimo dažniausiai nepakanka. Žmogus jaučia poreikį įsipareigoti, nes tai padeda jam įprasminti gyvenimą.
Ypač jaunas žmogus, atsidūręs tarp panašių į save arba reikšmingose situacijose, ieško tarsi aukštesnių (platesnių arba kitokių) gyvenimo orientyrų.
Kategorinės nuostatos sąvoka apima daugelį galimų moralinių ir iniciatoriškų ketinimų, reikalaujančių iš žmogaus didesnių pastangų, tačiau drauge suteikiančių jam didesnę vertę. Visiškas pasaulėžiūrinių orientyrų nebuvimas – kelias į psichikos sutrikimus.



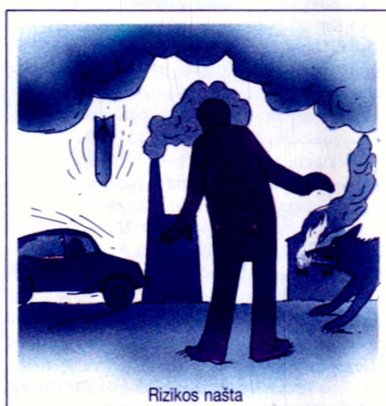
A Asmenybės struktūros dalys



B Dinaminė vienovė



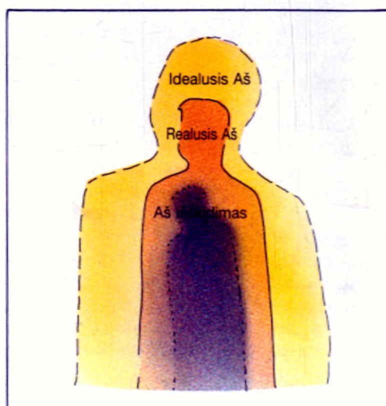
C Gyvenimo schema



D Savojo Aš išlaisvinimas



E Egzistencinė analizė



F Aš analizė

Ketvirtoji teorijų grupė, apibūdindama asmenybę, remiasi nesąmoningais impulsais. Būtų nesunku šią grupę aprašyti, jei požiūris į pasąmonę būtų tik *vienas*.

Tačiau pasąmonę galima laikyti tiek savarankiška, atskira nuo sąmonės psichikos instancija, tiek sąmonę pratęsiančia arba net į ją įterpta dalimi.

Galima išskirti 5 nesąmoningų veiksmų grupes: *kylantys iš pasąmonės* (neprieinami suvokimui), *nepastebimi* (nors ir nujaučiami, bet išstumti, ignoruojami), *instinktyvūs* (neįmanomi įsisąmoninti), *ikisąmoniniai* (nepažinūs dalykai dėl nebrandumo ar dėl vidinių trūkumų), *išmoktas klaidingas elgesys* (be kognityvinio įvertinimo adaptuota elgsena).

Nepaisant skirtingų nuomonių, **gelmių psichologijos teoriją** vienija požiūris, kad žmogaus elgesį pirmiausia sąlygoja vidinės nesąmoningos jėgos.

A Asmenybės struktūros dalys

S. FREUDAS savo psichoanalizei pagrįsti išplėtojo (jo spėjamų) asmenybės struktūros dalių modelį. Šios trys dalys (plg. XIX, 2, A_1) yra:

Id, kuris remiasi asmenybės instinktais.

Ego išreiškia visos asmenybės interesus ir yra veikiamas „narcisistinių potraukių".

Superego kritikuoja ir teisia remdamasis iš tėvų perimtais įstatymais ir draudimais.

Palyginti menka suvokiančiosios sąmonės dalis (pav. A) byloja apie S. FREUDO požiūrį į psichiką, t. y. rodo, kiek daug didesnė (jo supratimu) nesąmoningoji sritis už sąmoningąją.

B Dinaminė vienovė

C. G. JUNGAS sukūrė (1936) modelį, atskleidžiantį jo pasąmonės sluoksnių įsivaizdavimą. Kaip išorinės „personos" priešpriešą jis iškėlė dinaminį 4 svarbiausių funkcijų (mąstymo, jausmų, instinktų, jutimų) vienovę. Gilinantis į vidų jos veda į vis „tamsesnius" pasąmonės sluoksnius: asmeninį, kolektyvinį ir niekad neįsisąmoninamą kolektyvinės pasąmonės sluoksnį. Individo ribas pranokstančią kolektyvinę pasąmonę sudaro bendri vaizdiniai, pvz., tokie archetipai kaip moterų *animus* (vyro suvokimas) ir vyrų *anima* (moters suvokimas).

C Gyvenimo schema

ALFREDO ADLERIO individualiojoje psichologijoje svarbiausia sąvoka yra *kompensacija*. Individas ateina į pasaulį, kuriame visi kiti stipresni. Dėl savo silpnumo (socialinė priklausomybė, organų menkavertiškumas) jis priverstas per vargą, kuo nors kompensuodamas išsikovoti savo socialinės galios dalį. ADLERIS nuolat tvirtino, kad suprasti žmogų, vadinasi, suprasti jo galutinius tikslus („gyvenimo schemą"). Kadangi šios gyvenimo gairės susiformuoja jau ankstyvoje vaikystėje, daugelis žmonių jų neįsisąmonina. Tuo ADLERIS nusako visiems būdingą bendrą tikslą – pranašumo siekimą.

D Savojo Aš išlaisvinimas

Kad ir kokios skirtingos būtų gelmių psichologijos neonalizės kryptys, jos nuolat pabrėžia, kad į žmogaus Aš funkcijas reikėtų žiūrėti rimčiau (kitaip nei FREUDAS). Jau jo duktė ANNA FREUD papildė galimų Aš instancijų gynybinių mechanizmų skaičių (plg. XIX, 3, A). Įvairūs autoriai, kaip antai V. E. FRANKLIS, KAREN HORNEY, W. REICHAS, E. FROMMAS, H. KOHUTAS, pabrėžia aktyvų savojo Aš vaidmenį iškilus kokiam nors pavojui.

FRANKLIS pabrėžia būtinybę rasti prasmę.

HORNEY – savianalizę.

REICHAS skatina atsisakyti charakterio „šarvų".

FROMMAS – įveikti „laisvės baimę".

KOHUTAS – susitelkti į „antrinę autonomiją" (savęs įtvirtinimą).

Šiomis priemonėmis esą galima išlaisvinti savąjį Aš iš nesuvokiamų priklausomybių.

E Egzistencinė analizė

Kelias gelmių psichologijos egzistencinės analizės mokyklas (L. BINSWANGER, V. VON WEIZSACKER, M. BOSS) paveikė egzistencializmas. Vienas jo postulatų – kad žmogaus būtis (*Dasein*) yra pirmesnė už jo esmę (*Sosein*). Taigi žmogus yra tarsi nublokštas į pasaulį.

Pagal žmogaus amžių egzistencinė analizė išryškina vieną po kitos tam tikram amžiaus tarpsniui būdingas kliūtis:

vaikui trukdo nesavarankiškumas,

mokiniui – spaudimas siekti rezultatų,

suaugusiajam – darbo ir gyvenimo sunkumai,

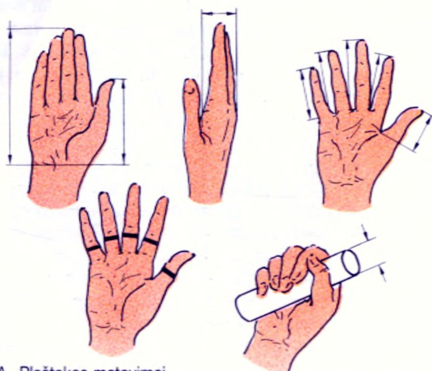
senam žmogui – ligų našta.

F Aš analizė

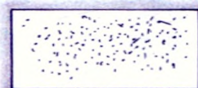
Naujesnės gelmių psichologijos mokyklos (GRINKER, GEDO, TOLPIN, ERIKSON ir kt.) remiasi žmogaus idealiojo Aš ir realiojo Aš perskyra. Savęs paties vaizdiniai nėra objektyvūs, todėl žmogaus santykiui su savimi gali grėsti du dalykai:

idealusis Aš gali pranokti realųjį Aš (narcisistiška savimeilė),

dėl Aš isskidimo realusis Aš gali tapti neatpažįstamas ir savęs suvokimas darosi miglotas.



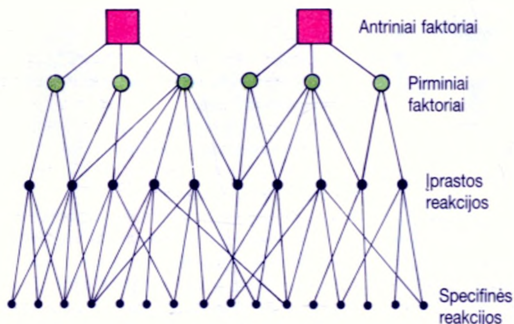
A$_1$ Plaštakos matavimai



V	M	%	
102	110	100	
92	97	90	aukšti
89	92	80	
86	89	70	
83	85	60	
81	82	50	vidutiniai
80	80	40	
79	77	30	
75	74	20	žemi
73	71	10	

A$_2$ Rezultatų matavimai

A Objektyvūs matavimai



B$_1$ Faktorių hierarchijos nustatymas

to be or not to be

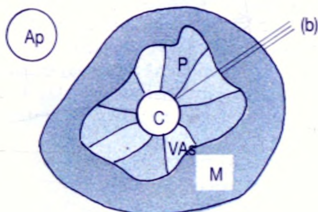
dalmuo

UI – 23/33

B$_2$ Atbulinis rašymas

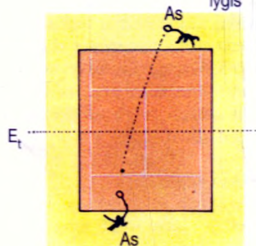
B Faktorių nustatymas

$E = f(S_n) = f(As \cdot Ap)$



C$_1$ Asmens topologija

Pretenzijų lygis



Reikalavimų pobūdis

C$_2$ Lokomocijos

C Topologinis kvantifikavimas

Kaip galima ištirti asmenybę?
Dėl to nėra vieningos nuomonės. Moteris X ar vyras Y, kurie vienaip ar kitaip elgiasi arba reiškiasi, dar ne asmenybė; ji yra „atskleidžiama", t. y. reikalingos žmogų X, žmogų Y arba visus žmones apibūdinančios sąvokos ar idėjos. Čia neapsieinama be kelių išankstinių (daugiausia nepastebimų, numanomų) prielaidų, iš jų trys svarbiausios:

savitumas (kiekvienas žmogus yra daugiau ar mažiau unikalus),
pastovumas (žmogus ne tik visą gyvenimą turi tą patį kūną, bet per ilgą laiką išlieka panašus ir jo elgesys; nepaisant pokyčių, jį galima atpažinti pagal tipiškas reakcijas) ir
vertingumas (kiekvienas turi privalumų ir trūkumų, t. y. kaip asmuo yra vertingas).

Nagrinėjant šį *patiriamos* realybės ir *išmąstytų* interpretacijų mišinį, ne visada išlaikoma pusiausvyra. Vieni psichologai labiau linkę tirti apčiuopiamus dalykus, t. y. **kiekybiškai** (žr. žemiau), kiti – atsiskleidžiančius dalykus tyrinėja daugiausia *kokybiškai* (žr. XII, 7).

A Objektyvūs matavimai

Objektyviai išmatuoti kūną nesunku. Ergonomikos (XX, 2) matavimai skirti kuo geriau suderinti žmogų ir mašiną.
(A_1) Matuojant plaštakas nustatomos pagrindinės apčiuopiamos charakteristikos.
(A_2) Rezultatams matuoti naudojama daugybė objektyviai apibūdinamų dydžių. Vienas vadinamojo asmeninio tempo tyrimų vadinamas taškavimu:

minkštu pieštuku per 6 sekundes reikia kairiąja ir dešiniąja ranka parašyti kuo daugiau taškelių vieną šalia kito. Taškų sąrašas (pagal MEILI, 1963) atspindi gyventojų – vyrų (V) ir moterų (M) – vidurkių rezultatus.

B Faktorių nustatymas

Rezultatų matavimas yra tik kiekybinio tyrimo pradžia. Tiriant asmenybę, daug kas priklauso nuo minėtų prielaidų, ypač nuo antrosios:

Kas žmogaus reakcijoje pastovu?

(B_1) Hierarchinio modelio žemutinio lygmens specifinės reakcijos dar nėra pernelyg stabilios; pvz., *taškavimo* (žr. A_2) efektyvumą veikia nuovargis, pasitenkinimas, lūkesčiai bei kitos sąlygos. Kitaip yra su įprastomis reakcijomis (įpročiais). Tai pastovesnės žmogaus charakteristikos.
(B_2) Šias individualias charakteristikas (kiekybinį tyrimą) dar labiau išryškina faktorių analizė (žr. III, 7). Analizuojant rezultatus ieškoma bendrumų: pirmuoju žingsniu išskiriami pirminiai faktoriai, antruoju – antriniai faktoriai.
Daugelyje darbų R. B. CATTELLIS (nuo 1946 m.) pateikė savo kuriamą asmenybės modelį, kurį dabar sudaro 21 universalaus indekso (UI) – faktorius (pirminis faktorius). Daugybe objektyvių testų dabar jau galima sukurti individualų asmenybės vaizdą.

Pavyzdys gali būti toks: tiriamasis diktuojamą tekstą rašo įprastai ir atbulai; abu rezultatai dalijami iš sugaišto laiko (gaunami dalmenys); tada, atsižvelgiant į UI 23 ir 33 faktorių, galima daryti išvadą, kad didesnis dalmuo (skirtumas) rodo didelį polinkį į regresiją (žr. XIX, 3) ir patikimą santūrumą.

C Topologinis kvantifikavimas

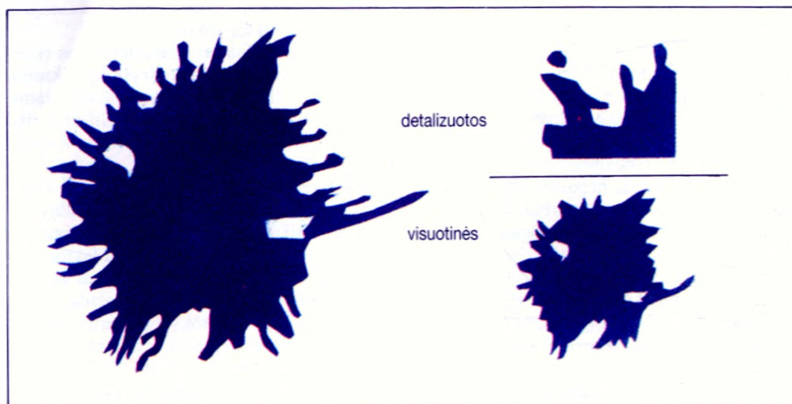
Dar žingsnį toliau žengia KURTO LEWINO (1935; 1969) topologinė (arba vektorinė) psichologija. Anot LEWINO, „tikras kvantifikavimas yra tada, kai vartojamos ne tik laiko, bet ir erdvės sąvokos".
(C_1) Bandant erdviškai apibūdinti žmogų remiamasi elgesio lygtimi:

Elgesys (E) yra situacijų (S) funkcija (F), arba asmens (As) ir aplinkos (Ap) sandaugos funkcija.

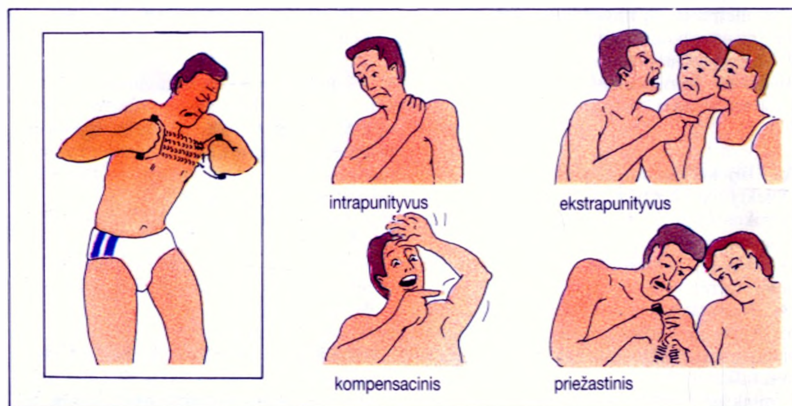
LEWINAS pateikia pavyzdį:

„Kai asmens nevaržo situacija, jo vidinės asmenybės srities (VAs) periferinės dalys (P) yra atviros aplinkai (Ap); vidinė asmenybės sritis (VAs) iš dalies laisvai veikia motorinę sritį (M)".

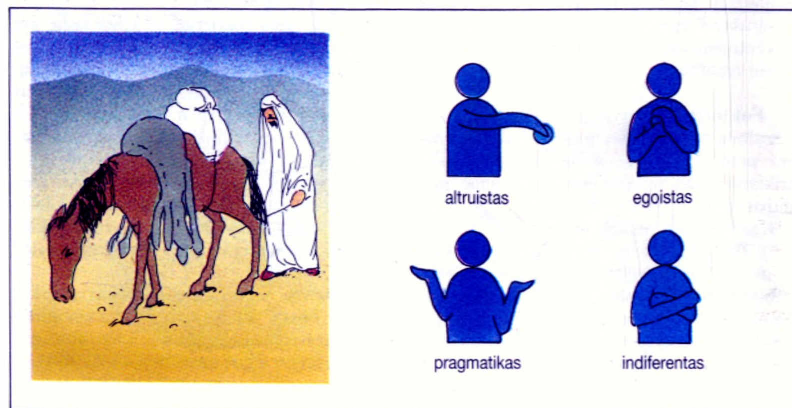
Šių sričių ribos (barjerai; b) kinta tada, kai asmuo patiria spaudimą. Lauko jėgų lokomocijas (t. y. poslinkius), be kitų dalykų, lemia asmens (As) pretenzijų lygis arba reikalavimų pobūdis (Ap ir As santykis). Asmenys (As) bei aplinka (Ap) pasižymi valentingumu, t. y. tam tikru vertingumu.
Šis topologinis modelis susideda iš 3 asmenybės prielaidų, tačiau taip pat, pasak LEWINO, jį galima matematizuoti – išreikšti kiekybiškai – kvazifizikiniais erdvės ryšiais (lokomocijomis).
(C_2) Imkime tenisą. Einant laikui (t), kai erdvė (E) lieka ta pati, kamuoliuko smogimo jėga mažesnė nei atmušimo. Taigi šiuo pavyzdžiu lauko jėgos nusakomos kiekybiškai.



A Dichotomijos



B Reagavimo būdai



C Požiūrių sistemos

Kiekybiniuose tyrimuose (XII, 6), aprašant 3 asmenybės prielaidas (savitumas, pastovumas, vertingumas), vyrauja kiekybiniai kriterijai. Taip dažniausiai pavyksta aprašyti dvi pirmąsias prielaidas. **Kokybiniais** tyrimais daugiau stengiamasi, remiantis bendraisiais modeliais, atvirai aprašyti individualias vertybes (3 prielaida). Apibūdinant vertybes galima apsiriboti keletu atskirų vertybinių orientacijų arba atsižvelgti į daugelį. Čia svarbiausia ne susižavėti daugybe galimybių, bet pirmiausia atkreipti dėmesį į vis sudėtingesnius modelius: nuo tam tikrų savybių grupių (dichotomijos) priešpriešinimo iki elgesio būdo (ypač reagavimo būdo) bei požiūrių sistemų.

A Dichotomijos

Žvelgiant į psichologijos istoriją matyti labai daug bandymų pagal vieną, tarytum svarbiausią požymį skirstyti žmones į dvi grupes. FRIEDRICHAS SCHILLERIS (1779 m. pristatęs savo daktaro darbą vienam psichologijos profesoriui) mėgino skirstyti žmones pagal dichotomiją naivus–sentimentalus (spontaniški ir apmąstyti reagavimo būdai). Skirstoma ir kitaip, pvz., K. G. JUNGO (1931) įvesta dichotomija ekstravertas–intravertas (susitelkęs į save ar į aplinką) arba H. A. WITKINO (1962) dichotomija priklausomas nuo lauko–nepriklausomas nuo lauko (stipri ar silpna aplinkos įtaka), taip pat dichotomija racionalus–emocionalus.

Pav. A pavaizduota mažiau žinoma dichotomija. Jau A. BINET (1903) ir vėliau E. R. JAENSCHAS (1929) skyrė visuminį ir detalizuotą suvokimą, t. y. vieni žmonės linkę apžvelgti visumą, o kiti domisi detalėmis. Daugiaprasmį vaizdą (remiantis SANDERIO fantazijos tekstu) galima aiškinti kaip visuotinį arba detalizuotą: figūrų grupė – detalizuotas, gyvūno kaukolė – visuotinis.

B Reagavimo būdai

Dichotomijos padeda skirstyti individus labiau *laipsniškai* negu tiksliai. Dėl to dažnai mėginama iš pat pradžių parengti platesnes aprašymų kategorijas. Tai elgesio arba auklėjimo būdas (pagrindinės tėvų auklėjimo orientacijos). Vienas iš elgesio būdų pogrupių yra *reagavimo būdai* (įprastas elgesys tam tikrais atvejais). Pvz., keletui sportuojančių studentų pasiūloma ištempti espanderį (jį galima reguliuoti ir leisti vieniems pranokti kitus); paskui stebima, kaip reaguoja į kitų sėkmę tie, kuriems nepavyko. Šiuo tyrimu pagal reagavimą į *nesėkmę* buvo išskirtos 4 grupės:

1) „kaltės" ieškoma tučtuojau savyje (intrapunityvus reagavimas);

2) atkakliai ieškoma „kaltės" kur nors kitur (ekstrapunityvus);

3) jau iš pat pradžių galimą nesėkmę bandoma nuslėpti kvailiojimu (kompensacinis);

4) nesutrikus ieškoma objektyvių priežasčių (priežastinis).

Sprendžiant konfliktus ypač išryškėja du pirmieji reagavimo būdai. Kas nors, sukėlęs nelaimingą atsitikimą, gali į tai reaguoti depresyviai ir niekada daugiau nevairuoti automobilio; kitas gali atsitikimą sumenkinti ir bent dalį kaltės sumesti nukentėjusiajam. Kompensacinės ir priežastinės reakcijos – tai atsižvelgimas į padarinius. Šie reagavimo būdai nagrinėjami kalbant apie atribucijos sampratą (XII, 14, B).

C Požiūrių sistemos

Daugelis teoretikų mano, kad požiūriai į gyvenimą susiformuoja ne žingsnelis po žingsnelio iš mažų patirčių, o priešingai, iš pradžių perimami bendri *požiūriai*, paskui, atsižvelgiant į situaciją, tikslinami. Ši tyrimų kryptis siejama su gilesnių, mažiau pastebimų požiūrių sistemų samprata. Pavyzdžiui,

LA FONTAINE pasakėčioje beduinas visą naštą sukrauna asilui, o arklį palieka be krovinio. Galų gale asilas netenka jėgų, o arklys turi nešti ir krovinį, ir asilą.

Jei pabandytume nuslėpti prie pasakėčios LA FONTAINE pridėtą moralą, šioje daugiaprasmėje istorijoje galima būtų įžvelgti įvairius požiūrius į gyvenimą.

1) *Altruistas* čia tučtuojau atpažįsta dorovinį raginimą: „Nedaug pastangų reikalaujantis paslaugumas yra gera ir derama savybė".

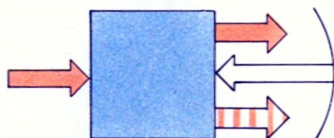
2) *Egoistas* čia įžvelgia naudos–nuostolių situaciją: „Kad neturėtum nuostolių, ko nors imdamasis patikrink, kokia iš to nauda".

3) *Pragmatikas* pasveria ir sprendžia pagal situaciją – kartais dorovingai, kartais ne: „Padalyk krovinį, ir tau geriau seksis".

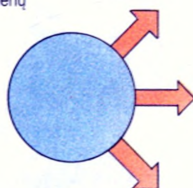
4) *Indiferentas* apskritai neatpažįsta pasakėčios moralo: „Istorija moko, kad dykumoje reikia slėptis nuo saulės kaitros".

Tokie supratimo skirtumai byloja, jog už jų slypi daug sudėtingesnės požiūrių bei elgesio orientacijų kognityvinės sistemos.

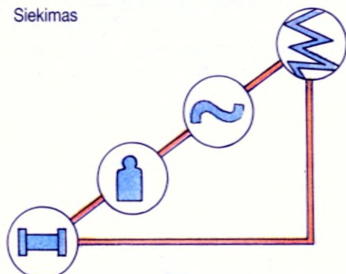
Dešimt svarbiausių motyvacijos lygmenų



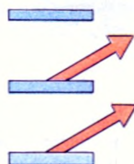
A Siekimas



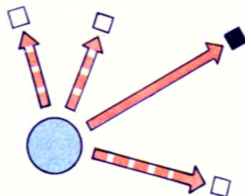
B Veiklos kreipimas



C Veiklos organizavimas



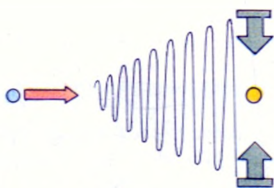
D Efektyvumo lygis



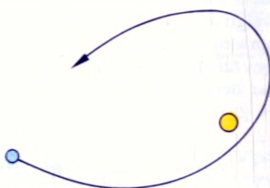
E Variantai



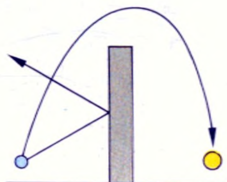
F Tikslo projekcija



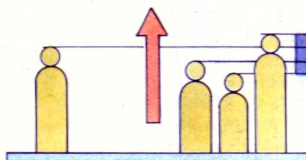
G Sujaudinimo stiprumas



H Grįžtamasis ryšys su rezultatais



I Pasipriešinimo poveikis



J Socialinis lyginimas

„Motyvacijos sąvoka iš tikrųjų galėtų būti svarbiausia šiandieninės psichologijos sąvoka",
– rašė CHARLOTTE BÜHLER (1972). Ši sąvoka gali aiškinti:

1) *psichinį akstiną* („kad" kažkas pradeda vykti),

2) *funkcinę kilmę* („iš kur" atsiranda postūmis ir „kur link" jis veda),

3) *elgesio įvairovę* („kodėl" vienas reaguoja vienaip, kitas kitaip).

Motyvai šiandien rečiau suprantami kaip priežastys, nes dingstis veikti ir veiksmo poveikis yra persipynę elgesio aspektai. Pradedant GEORGE KELLY (1958), šia sąvoka neretai abejojama.

Mat nebūna, kad žmogus nieko neveiktų, o paskui staiga išsijudintų; greičiau visuomet jis yra šiek tiek aktyvus, tik savo aktyvumą nukreipia į vidų ar į išorę.

Motyvavimo procesai greičiausiai yra nuolatinio aktyvumo momentiniai pokyčiai (žr. VIII).

A Siekimas

Tam tikro elgesio akstinai yra pasirenkami *lemiami veiksniai*, t. y. tiesioginis priežasties ir poveikio ryšys pastebimas labai retai (iš esmės motyvai yra laisvi). Daug kas priklauso nuo to, ko siekiama tam tikrais impulsais, kaip jie panaudojami: ar sustiprinami, ar susilpninami, ar keičiami; ar jie skatina siekti tikslo (tikslo motyvai), ar siekiama tik palengvėjimo (grynieji motyvai), ar reaguojama permainingai (nepastovumas, nuotaikos), ar nuolat laikomasi tos pačios nuostatos (motyvai visada svarbiausia, žr. XI, 3, A).

B Veiklos kreipimas

Motyvai yra veiklą kreipiančios direktyvos. Iš kur jos kyla ir kur link veda, erdvės ir laiko požiūriu galima apibūdinti atsižvelgiant į daugialypius *sužadinimo lygius:*

orientavimasis į vidų, ar į išorę;

tikslingumas (iniciatyva) ar flegmatiškumas (patogumas);

trumpalaikiškumas (patenkinimas nedelsiant) ar ilgalaikiškumas (doroviniai komponentai);

priklausymas nuo aplinkos (asimiliacija) ar nepriklausomybės siekimas (reaktansas);

impulsyvumas (akimirksnio sprendimai) arba refleksyvumas (apgalvoti sprendimai).

C Veiklos organizavimas

Paprastai motyvai būna organizuoti, t. y. egzistuoja tvirti ryšiai (motyvas ir reakcija visada atitinka vienas kitą) arba individui pastovūs ryšiai (būdingi konkrečiam žmogui), savavališki ryšiai (prielaidos, mąstymas ir elgesys susiję nepastoviais ryšiais) arba atsitiktiniai ryšiai (dingsties, motyvo ir reakcijos ryšys atrodo atsitiktinis).

D Efektyvumo lygis

Kiekviena motyvacija kinta priklausomai nuo jos pradinės padėties:

sotus valgymą motyvuoja kitaip negu alkanas.

Taigi motyvacijos procese irgi vyksta tam tikri pertvarkymai (motyvų pokyčiai).

E Variantai

Kiekvienas puoselėja daugybę paprastai nesąmoningų prasimanymų apie savo *pasirinkimo galimybes*. Konkrečiu atveju tai padeda išryškinti alternatyvas. Remdamasis tomis alternatyvomis, žmogus kuria (dalija = konkretizuojami bendri požiūriai ar jungia = atskiri motyvai siejami su įsitikinimais) savo gyvenimo planų variantus.

F Tikslo projekcija

Tam tikras tikslas yra stiprinamas, ir tuo intensyviau, kuo jis artimesnis ir kuo aiškesnė konkurencija. Drauge dažniausiai susiaurinamas ir į tikslą nukreipiamas atrankinis dėmesys, nuslopinami kiti tikslai bei daugiau stengiamasi (traukos efektas).

G Sujaudinimo stiprumas

Žmogaus emocijos neatskiriamos nuo motyvų. Motyvų stiprumą atspindi *sujaudinimo lygis*. Jausmai gali išryškėti kaip negatyvūs (pvz., gąsdinančių įvykių baimė) ir pozityvūs (pvz., viltis, kad bus atlikta tai, kas kelia pasitenkinimą) arba dvilypiai, ambivalentiški.

H Grįžtamasis ryšys su rezultatais

Žmonės ne tik išgyvena motyvus, bet ir semiasi patirties atsižvelgdami į *motyvų padarinius*. Taip po truputį kaupiamas motyvacinis patyrimas (motyvų funkcinė samprata).

I Pasipriešinimo poveikis

Daugelį motyvų neįmanoma įvykdyti tuoj pat. Reikia įveikti tam tikras *kliūtis*, kurios ne tik trukdo, bet gali ir stiprinti akstiną.

J Socialinis lyginimas

Motyvai – ne vien asmeninis dalykas. Juos veikia aplinka ir visuomenė. *Aplinka* žadina mėgdžiojimo motyvus, juos normuoja (apriboja); veikia motyvus ir konkurentai; visuomenė taip pat gali skatinti motyvų „bangas" (pvz., aukštos kokybės prietaisų banga).

Maitinimasis
Kognityvinis įsigilinimas
Fizinė būklė
Socialinis raginimas
Psichinė būsena
Laiko ritmas
Maisto patrauklumas

A Sužadinimų ratas

Manometrinis slėgis
Vertybių seka
Subatmosferinis slėgis
Valdymas
Atidėjimas
Eiga
Dėmesio perkėlimas

B Impulsų pokyčiai

Impulsų motyvai laikomi fundamentaliausiais ir neišvengiamiausiais motyvais. Jie garantuoja svarbiausias biologines kvėpavimo, judėjimo, miego, medžiagų apykaitos ir dauginimosi funkcijas. Tačiau būtų klaidinga laikyti juos vien biologinėmis funkcijomis. Žmogus savavališkai (iš dalies laisvai) naudojasi savo motyvacija. Taigi motyvų skatinamas jis gali siekti ne tik biologinių, bet ir kitų tikslų; neretai žmogus keičia savo motyvus neprotingai ir kenkdamas sau.

A Sužadinimų ratas

Kaip vienas iš impulsų (vadinamųjų pirminių motyvų) nagrinėjamas maitinimosi poreikis.

Kokių yra valgymo motyvų?

Jie sudaro uždarą motyvacijos ratą, į kurį įeina daug viena kitą skatinančių arba slopinančių motyvų grupių (valgymo sutrikimas, pvz., nutukimas, vidurių užkietėjimas).

Galima skirti septynias valgymo motyvacijos sritis, kurios drauge yra individualus pusiausvyros pagrindas, bet gali iš dalies atsiskirti ir sutrikdyti pusiausvyrą.

Maitintis išmokstama labai anksti, vėliau įgyjama papildoma patirtis. Ar vaikas maitinamas reguliariai, ar kai išalksta, ar rūpestingai, ar atsainiai? Kokiais kiekiais maitinamas? Nuo šios patirties priklauso tolesnė „maitinimosi karjera" bei individuali „maitinimosi sąžinė" (apdovanojimas ir baudimas).

Fizinė būklė perduoda alkio signalus. Pavyzdžiui, smegenims perduodami signalai apie cukraus kiekį kraujuje. Tačiau, kai skrandis pilnas, informacija apie sotumą perteikiama per vėlai, kad būtų garantuota veiksminga kontrolė.

Psichinės būsenos veikia maitinimąsi per grįžtamąjį ryšį ir yra kompensuojamos maitinimusi: jos (pvz., nuobodulys) keičia su valgymu susijusį elgesį ir, priešingai, pvz., vitaminų trūkumas atitinkamai veikia savijautą.

Maisto patrauklumas irgi svarbus veiksnys: akys „valgo" kartu. Potraukį valgyti dar stipriau veikia *laiko ritmas:* jei valgoma nuolat 13 val., biologinis laikrodis tą laiką ir praneša.

Socialinis raginimas taip pat veikia šį motyvacijos procesą. Valgant kartu su kitais kinta individualus valgymo elgesys.

Kognityvinis įsigilinimas, t. y. nusistatymas valgio atžvilgiu (pvz., vegetarai), arba pasaulėžiūrinis maitinimosi supratimas (kolektyvinė mitybos ideologija) gali stipriai veikti valgymo motyvaciją. Pvz., pasninką daugelis religijų laiko priemone priartėti prie Dievo.

B Impulsų pokyčiai

Impulsai beveik visuomet yra homeostatiniai aktai, t. y. grįžtamojo ryšio veikiami pusiausvyros atkūrimo procesai; sustingęs dirgiklio–reakcijos–padarinio ryšys dažniausiai yra išimtis. Dėl to stengiamasi suprasti impulsų pokyčių priežastis. Galima skirti 7 pokyčių grupes, kurios reiškiasi kaip 2 viena kitą papildančios tendencijos:

sužadinimo pokyčiai (spaudimas) ir

požiūrio į dirgiklį pokyčiai (atranka ir pakitęs suvokimas).

Apibūdinimas *manometrinis slėgis* atitinka impulsų modelį:

biologinis poreikis didėja, kol vidinis slėgis pasiekia tokią ribą, kad atsidaro vožtuvas. Tuo galima paaiškinti stiprų impulsų pasireiškimą susikaupus energijai.

Subatmosferinio slėgio modelis (imituojantis neatskiriamus vakuuminius pusrutulius), priešingai, rodo atrofavimosi tendenciją, t. y. ilgai nenaudojamų impulsų sunykimą, kai slopinamas jų skatinantis pobūdis.

Reakcijų *atidėjimo* modelis aiškina vidinių (pvz., baimingumas) ar išorinių (pvz., draudimas) trukdymų patenkinti poreikį padarinius. Reakcijos atidėjimas gali skatinti norus.

Dėmesio perkėlimo modelis nagrinėja jau tarp gyvūnų pastebimus tam tikrus veiksmus.

Pvz., nugalėta višta, užuot pasipriešinusi, „sutrikusi" kapstosi.

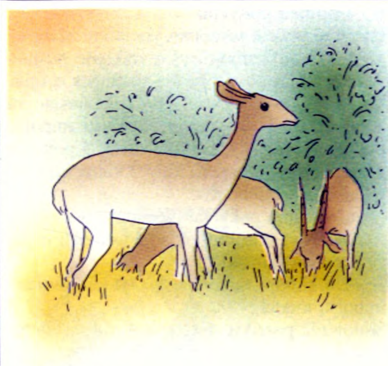
Žmogaus veiksmas – galvos kasymasis, kaklaraiščio taisymas, žaidimas raktais.

Atitinkamai aiškintini žaidimai bei su įštaiga susijęs elgesys (valymasis, atsipalaidavimas).

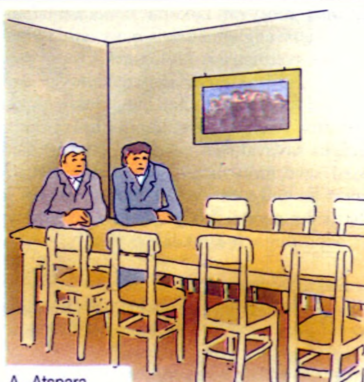
Impulsų *eigą* sąlygoja skirtingos starto sąlygos. Sunkiai pasiekiami ar nepasiekiami dalykai gali slopinti arba perdėtai sustiprinti aktyvumą (rezignacija arba hiperkompensacija). Dirgiklių naujumas keičia ir impulsų procesą.

Impulsų *valdymas* yra kultūrinis reiškinys. Kiekviena didesnė bendruomenė yra linkusi riboti impulsus, kad būtų išsaugota socialinė pusiausvyra.

Impulsai priklauso ir nuo dorovinių vertybių. Todėl egzistuoja *vertybių seka.* Bandymai suformuluoti visiems bendrą vertybių sistemą tebėra nesėkmingi. Atskiro individo vertybių rangai gali keistis, pvz., gali būti apriboti liguisti potraukiai. Apskritai rangų polių pokyčius gali veikti tam tikru laikotarpiu iškilę veiksniai (pvz., lytinio gyvenimo bangos). Apibrėžti dorovinę impulsų reikšmę padeda įvairios institucijos (pvz., bažnyčia, partijos).



A_1 Savisauga



A_2 Atspara

A Orientavimasis



B_1 Dresūra

B_2 Galimybių suvokimas

B Interesų formavimasis



C_1 Dirgiklių paieška



C_2 Paaiškinimo poreikis

C Tyrinėjimas

Kalbėdamas apie tai, kas yra refleksas, PAVLOVAS (žr. VII, 1), be impulsų (XII, 9), išryškino ir juos papildančius motyvus – *paskatas*. Impulsai yra labiau vidiniai, paskatos – labiau išorinės.

Nagrinėjant motyvaciją, minima „spaudimo įtampa" bei „traukos įtampa" (HÖFLER, METZGER). Jos iš dalies sutampa, tačiau skiriasi priežasčių akcentai:

impulsų atveju jaučiamės spaudžiami,
paskatų atveju – traukiami.

A Orientavimasis

(A_1) *Savisauga*. Žemiausia pakopa yra aktyvus orientavimasis. Atskiri gyvūnai ar jų būrys ganydamiesi nuolat suklūsta, kad nebūtų netikėtai užklupti.

(A_2) *Atspara*. Restorane, ilgai nesvarstant, pasirenkamos tokios vietos, kur nieko nebūtų už nugaros. Senų kultūrų, pvz., kinų, mandagumo taisyklės griežtai reikalavo sodinti svečią priešais duris, o pačiam šeimininkui būti atgręžusiam į duris nugarą.

SOKOLOVAS (1963), tyrinėjęs orientavimosi reakcijas, nustatė, kad jos kyla:

kai veikia *nauji* ar *sudėtingi* dirgikliai,
kai situacijos *neaiškios* arba *pavojingos* (pvz., kai dirgikliai prieštaringi),
kai pasireiškia *su asmeniu susiję* dirgikliai (pvz., kas nors šaukiamas vardu).

Veikiant šiems dirgikliams, kūnas įgyja parengties poziciją:

sustiprėja dėmesingumas (arba jautrumas), raumenų tonusas, vegetacinės reakcijos, greičiau perduodami nerviniai signalai.

B Interesų formavimasis

Intereso sąvokos (vok. k.) istorija neįprasta. Iš pradžių buvo tik veiksmažodis *inter-esse*, t. y. būti tarp, būti kartu. Viduramžiais jis virto daiktavardžiu, teisės terminu, reiškiančiu privalomą atlygį dėl padarytos žalos; Naujaisiais laikais jo reikšmė pakito ir ėmė reikšti mokesčius.

Interesai psichologine prasme suprantami kaip dinamiška santykių tendencija. Žinoma, šį bendrą apibrėžimą reikia papildyti kitais apibūdinimais.

1) Interesų pagrindas – į išorę nukreiptos, dažnai nenusakomo turinio pastangos: norisi daryti kažką reikšminga.

2) Iš daugybės patinkančių galimybių daugiau ar mažiau nelauktai atsiranda noras, troškimas: interesai atskleidžiami, o ne išmokstami (TYLER, 1956).

3) Šie pasirinkti dalykai turi atrodyti patrauklūs, galbūt net žavėti ar rodytis paslaptingi.

4) Trumpalaikis susidomėjimas virsta interesu tik tada, kai yra ilgai ištikimai ir stropiai puoselėjamas.

5) Interesai daugiausia yra susiję su profesija ar laisvalaikiu (hobis); taigi jie atgaivina žmogų ir dažnai yra stiprinami visuomenės.

(B_1) *Dresūra*. Gyvūnai dažniausiai trokšta išmokti tai, ką gali, kai kurių veislių šunys labai greitai išmoksta atnešti lazdą, kitus lengviau išmokyti sekti pėdsakus.

(B_2) Žmonių interesai formuojasi daugiariopai.

Pvz., šokiu mergaitė susidomi stebėdama šokių pamokas.

Beje, kai kurie interesai atrodo įgimti (pvz., tam tikras talentas tapyti be pavyzdžio), tačiau dažniausiai jų ištakos – *galimybių suvokimas*.

Nepalankiai vertinant kitas kryptis, pasirinkimas siaurėja. Svarbus pasitenkinimo išgyvenimas. Interesai susiję su tipiškais vaidmenimis (visuomeniniai ir ypač lyčių vaidmenys).

C Tyrinėjimas

Įsigalėjus kognityvinei psichologijai, orientavimosi reakcijų tyrimai buvo išplėsti ir sutelkti į tyrinėjimo reakcijas. W. STERNAS (1911) iš giliau kylančias paskatas pavadino *ypatingais motyvais*.

(C_1) Tyrinėjant žiurkes buvo įrodyta, kad gyvūnai, siekdami patirti didesnius dirgiklius ar atrasti naujus jų šaltinius (*dirgiklių paieška*), susitaiko netgi su nemaža žala (pvz., elektros smūgiu).

(C_2) Žmogus, kaip tyrėjas, pasižymi ryškiausiomis tyrinėjimo reakcijomis. Jo mokslinio *paaiškinimo poreikis*, atrodo, neturi ribų: apima visatą, žmogų, mikropasaulį. Apribojimų atsiranda dėl pačios tyrinėjimų kokybės. Kai kurių gyvenimo sričių bei intensyvūs tyrimai gali būti žalingi:

socialinėje srityje – pavergimas (užvaldymas ir paklusimas);
ribų peržengimas, pvz., kitų asmeninių reikalų šniukštinėjimas;
savęs tyrinėjimo atveju – hipochondriškas kūno reakcijų sureikšminimas.



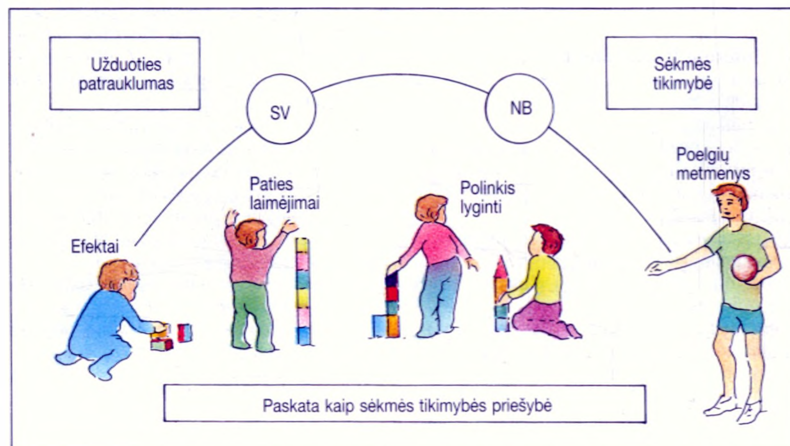
A Impulsyvūs poelgiai



B Betiksliai poelgiai



C Tikslingi poelgiai



D Laimėjimų motyvai

Poelgiai yra paprasti arba sudėtingi veiklos vienetai, atspindintys atitinkamas struktūras. Apytikriai kiekvieno poelgio sudedamosios dalys yra:

akstinas (raginimo išgyvenimas),
atskiros operacijos (pritarimas arba priešgyniavimas),
tikslai arba jų reikšmingumas subjektui.

Poelgis gali būti apgalvotas (racionalus) arba netyčinis (nesąmoningas).

A Impulsyvūs poelgiai

Kai kurie žmonės gatvėje gulinčią tuščią konservų dėžutę linkę paspirti kaip futbolo kamuolį.

Skatina veikti (LEWIN) ir kreivai kabantis paveikslas ar įžūliai išsišiepęs triukšmadarys, ar kas nors kita, pvz., džiaugsmu trykštantis kūdikio veidelis.

Pardavimo psichologija tuo naudojasi skatindama impulsyvų pirkimą: prie kasos pastatomi krepšiai su patraukliomis prekėmis, kurias baigmės panikos apimti pirkėjai beveik nevalingai įsigyja kartu su kitais pirkiniais. Tai nereflektuojamų poelgių akstinų, kurių motyvacinis turinys – momentinės mintys, pavyzdžiai.

B Betiksliai poelgiai

Laukiant, pvz., kirpykloje, reikia kuo nors užpildyti laiką. Tam daugiausia naudojami iliustruoti žurnalai. Jie kaip tik tinka tokioms situacijoms. Užsiėmimo turinys, galima sakyti, nereikšmingas – tik dėl poreikio ką nors veikti.

Negalima būtų sakyti, kad betiksliai poelgiai iš viso neturi tikslo: tikslai tokie neryškūs, kad išsprūsta iš akių. Taigi greičiau yra priešingai: geriau žinoma tai, ko *nenorima* (pvz., nuobodžiōs, smulkmeniškos, pavienės informacijos). Ši poelgių grupė rodo, kad 3 minėtos poelgių dalys (akstinas, operacija, tikslas) kiekvienu atveju yra kitokios.

C Tikslingi poelgiai

Nagrinėjant šią grupę, pavyzdys gali būti važiavimas dviračiu. Ką tai reiškia psichologine prasme?

Žmogus turi tai galėti:
– žinoti, ko tuo siekia;
– atsižvelgti į gatvės aplinkybes;
– būti pasiruošęs atitinkamai pasistengti;
– žinoti, kokios iš to gali turėti naudos;
– patį važiavimą patirti kaip reikalingą.

Šios 6 sritys irgi daugiasluoksnės:
tobulumas (pagal galimybes ir įgūdžius),
tikslo aiškumas (užduoties supratimas, alternatyvų žinojimas, siektinų tikslų numatymas, tikslo tinkamumo įvertinimas ir kt.),
aplinkybės (prisitaikymas prie realių sąlygų),
įsitraukimo lygis (pvz., pareigos jausmas, įsipareigojimas, pastangos),
kognityvinis vertinimas (naudos laukimas, padarinių tikimybės įvertinimas),
grįžtamasis ryšys (atsižvelgiant į ankstesnius poelgius padarytos išvados).

D Laimėjimų motyvai

Laimėjimai yra atskiri tikslingų poelgių atvejai, ypač pasižymintys lenktyniavimu (pretenzijų laimėti realizavimas).

Mažas vaikas žaisdamas suvokia vien *efektus*. Tik nuo 3 metų jam jau nėra tas pat, ar jis pats pastatė bokštą, ar jį pastatė kas nors kitas: jis ima išgyventi *savo laimėjimą*. Vėliau atsiranda ir *polinkio lyginti* kriterijai: vaikas išgyvena sėkmę ar nesėkmę lygindamas savo ir kitų laimėjimus. Galų gale žmogus sukuria *poelgių metmenis* įvairioms gyvenimo sritims (profesija, sportas ir kt.).

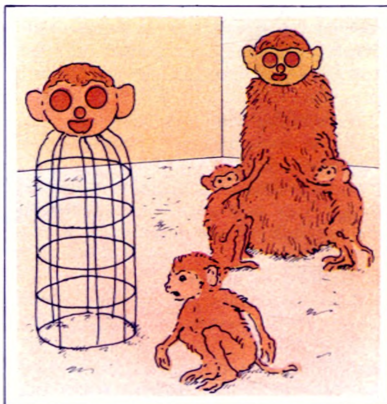
MCCLELLANDAS tyrimais tikrino laimėjimų, kaip grįžtamojo ryšio su poelgiu, poreikį.

Pagal vyraujančias elgesio tendencijas pavyko nustatyti *sėkmės siekiančiųjų* (sėkmės viltis: SV) ir *nesėkmės vengiančiųjų* (nesėkmės baimė: NB) grupes. Pirmieji labiau mėgsta vidutinio sunkumo užduotis, antrieji renkasi per sunkias arba per lengvas užduotis. Ši SV–NB kreivė rodo, kad suvokiamas užduoties patrauklumas ir laukiama sėkmės tikimybė turi lemiamą reikšmę užduoties paskatai (kylanti arba krintanti kreivė), kuri priešinga sėkmės tikimybei (lūkestis × vertybių teorija; apskaičiuota bendra laimėjimų motyvacija BLM = SV – NB; tai skirtumas, prilygstantis „grynajai sėkmės vilčiai").

Pasak šios teorijos, sėkmės viltis (priešingai negu nesėkmės baimė) laimėjimus stiprina, todėl, kaip rodo nauji tyrimai, labiau tinka kalbant apie ribotos laiko perspektyvos laimėjimus; ilgalaikiai ir atidėtos sėkmės laimėjimai kinta priklausomai nuo kontrolės motyvų (XII, 14).



A Sustiprinimas



B Prieraišumas ir atokumas



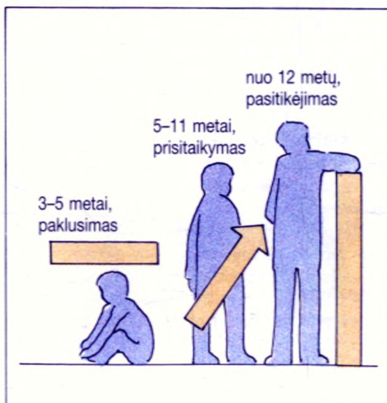
C Sutelktumas



D Socialinis pripažinimas



E Valdžia ir reaktansas



F Pasitikėjimo formavimasis

Motyvaciją labai veikia *socialinės sąlygos*. Žmogus beveik visa kuo yra orientuotas į visuomenę, todėl negali apsieiti be **socialinių motyvų**. Žinoma, gali būti ne tik traukos, bet ir atstūmimo motyvacija.

A Sustiprinimas

Jau seniai (MEUMANN, 1904) įrodyta, kad paprastais veiksmais (pvz., svorio kėlimas vienu pirštu) pasiekiama geresnių rezultatų tada, kai yra žiūrovų. PESSINIS (1933) nurodė, jog mokantis beprasmių skiemenų rezultatai yra priešingi. Dėl to ilgą laiką į šį sustiprinimo efektą nebuvo atsižvelgiama.

Tik ZAJONCAS (1965) įrodė, kad „kito buvimas" sustiprina vien *tą* elgesį, kuris atitinkamų poelgių klasėje yra vyraujantis (t. y. svarbus ir dažnas). Paaiškėjo, kad tokiomis sąlygomis skatinamai veikia jau vien žmogaus buvimas greta, juo labiau kai žiūrovų yra daug (pvz., futbolo rungtynės).

B Prieraišumas ir atokumas

HARRY F. HARLOW (1959) plačioje studijoje aprašo mažas makakų beždžionėles, užaugintas su dirbtine mama:

viena grupė augo su vieline mama (padaryta iš sulituotos vielos), kita su medžiagine mama (viela aptraukta kilpine medžiaga). Paaiškėjo, kad kitoms sąlygoms esant vienodoms medžiaginės mamos vaikai buvo stipriau prisirišę prie savo santykių objekto; jie ilgiau išbūdavo apsikabinę medžiaginę mamą negu kiti vielinę mamą. Vielinės mamos vaikai labiau išsigąsdavo, kai narve atsidurdavo svetimas objektas. Medžiaginės mamos vaikai, priešingai, smalsiai tyrinėdavo naująjį objektą, tik kartais vis įsitverdavo į medžiaginę mamą, sugrįždavo prie jos kaip prie saugaus pagrindo.

Šie pavyzdžiai, perkelti į žmonių gyvenimą, byloja apie gilius socialinio prieraišumo bei raminančio ryšio poreikius. Nuo naujų ar grėsmingų (taip įsivaizduojamų) objektų, priešingai, laikomasi atokiai.

C Sutelktumas

Asmenų grupės vienybė (sutelktumas) yra daugybės socialinių motyvų rezultatas. Pirmiausia čia verta paminėti visuomeninę užduotį (pvz., kibirų perdavimo grandinę), stiprinančią atskiro žmogaus jėgas. Be to, sutelktumo efektą sąlygoja grupės narių patrauklumas, vis nauja jų iniciatyva, sunkumai į šią grupę patekti, narių tarpusavio sąveikos kuriamas pasitenkinimas ir kt. Iš to kyla grupės išgyvenimai (mes jausmas), kurių dėka kiekvienas jos narys jaučia atramą.

D Socialinis pripažinimas

Būti pripažintam yra socialinio saugumo sąlyga. Esminių interesų (vedybos, profesija, kaimynų santykiai) srityse nepripažįstamam žmogui sekasi blogiau, nei, jo manymu, turėtų sektis pagal jo paties savęs vertinimą, todėl šis socialinis motyvas reiškiasi gana dažnai.

Dėmesį savo santykiui su visuomene, kaip motyvų grupę, galima apibūdinti trejopai:

prioritetas (statusas), t. y. pagarba, vieta visuomenėje ir hierarchijos laiptelis;
autoritetas (prestižas), t. y. garsumas, šlovė ir apdovanojimai;
moralinis vertinimas, t. y. geras vardas ir pripažinimas.

E Valdžia ir reaktansas

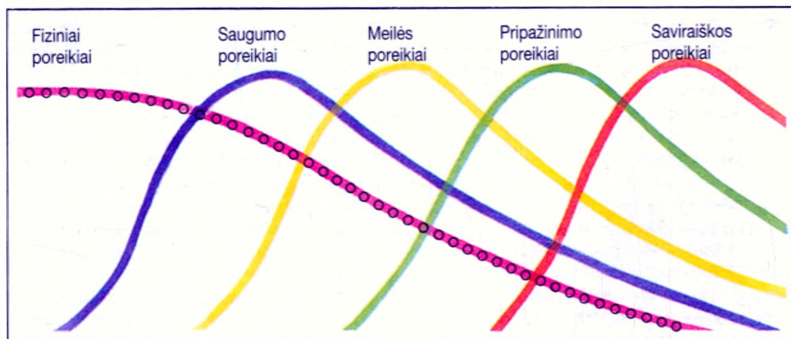
Valdžios motyvo, kaip ypatingo socialinio motyvo, pagrindas yra prakišti kitiems savo įsivaizdavimus. Valdžios siekimas, kaip elgesio polinkis, gali rastis anksti formuojantis pranašumui (pvz., brolių ar seserų atžvilgiu) arba vėliau, renkantis atsakingus vaidmenis ar (negatyviai žvelgiant) mėginant kompensuoti nesaugumą. Tai gali atspindėti paties (egocentrinius) arba grupės interesus.

Valdžios realizavimo priemonės skirtingos: *pripažinimas* (institucinis teisės vadovauti suteikimas kartu su atitinkamomis funkcijomis ir regalijomis), asmens *autoritetas* (šalininkų lūkesčiai, pvz., padedant trečiajam asmeniui), *globojimas* (perdėtas saugojimas), *dalyko išmanymas, prestižo* daroma įtaiga, fizinė ar psichinė *galia*, situacijos *kontrolė, disponavimas informacija* ir kt. Valdžios motyvai dažnai susiduria su reaktansu. Šia sąvoka BREHMAS (1966) apibendrino visas iniciatyvas, kurių griebiasi žmonės, jaučiantys, jog ribojama jų laisvė, ir siekiantys ją vėl atsikovoti („amžina opozicija").

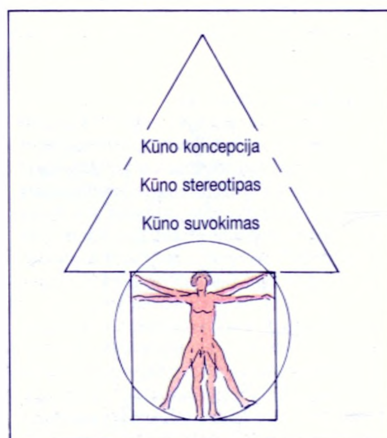
F Pasitikėjimo formavimasis

Socialinis pasitikėjimas atsiranda palaipsniui:
3–5 metų vaikas yra įsitikinęs, kad silpnesniajam gali būti nurodinėjama;
5–11 metų – prisitaiko prie kito nuomonės;
tik nuo 12 metų, atsižvelgiant į aplinkybes, ima rastis tikrumo jausmas (sąžiningumas, įsitikimybė), leidžiantis remtis kitu.

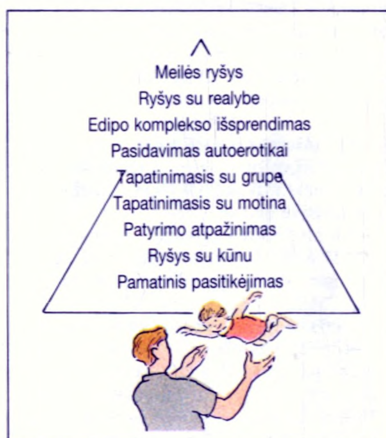
Tokiomis pakopomis kuriamas ir bendruomenių (pvz., tautų) tarpusavio pasitikėjimas.



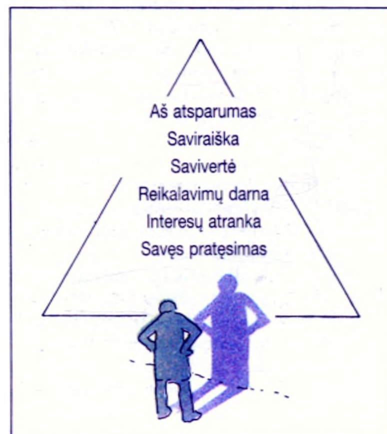
A Atidėtas pasitenkinimas



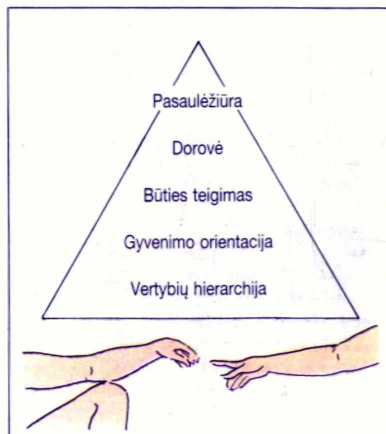
B Kūno schema



C Tapatinimasis



D Savivaizdis



E Prasmės siekimas

Ilgą laiką motyvacija buvo laikoma vien bandymu atkurti pusiausvyrą išgyvenant pasitenkinimo stoką. Tik A. MASLOWAS (1973) šiems stygiaus motyvams priešpriešino **gausos siekio motyvus** (lot. *abundantia* – perteklius), bylojančius tai, kad žmogus *siekia daugiau* negu vien *patirti* pasitenkinimą.

A Atidėtas pasitenkinimas

Kaip teigia MASLOWO teorija, motyvacijai būdinga atidėjimas: tik tada, kai patenkinami pamatiniai poreikiai, imami pastebėti ir aukštesni poreikiai.

MASLOWAS pasiūlė hierarchiją, sudarytą iš 5 motyvų grupių: tik atslūgus žemesnės grupės motyvams, atsiveria erdvė reikštis aukštesniems motyvams:

fiziniams, saugumo, meilės, pripažinimo ir aukščiausiems – saviraiškos poreikiams.

B Kūno schema

Žinomas LEONARDO DA VINCI pavaizduotas žmogaus judesių ratas simbolizuoja pirmąją motyvacijos plitimo sritį. Savo paties kūnas yra suprantamiausias tapatinimosi objektas. Taigi su juo tiesiogiai siejasi gausos siekio motyvams būdingas savęs pranokimas.

Kūno suvokimas reiškia ne savo realų veidrodinį atspindį, bet greičiau savęs įsivaizdavimą, į kurį nuolat vienaip ar kitaip atsižvelgiama (pvz., išvaizda prieš daugelį metų).

Kiekviena visuomenė irgi siūlo pavyzdinius *kūno stereotipus* (kūno įvaizdžius). Veikiant abiem anksčiau minėtiems dalykams, susiformavusią *kūno koncepciją* geriausiai atspindi sunkumai, kylantys dėl savo išvaizdos vertinimo.

C Tapatinimasis

Analitikas ERIKAS ERIKSONAS (atsižvelgdamas į savo patirtį) sukūrė plačią tapatinimosi uždavinių sistemą (plg. XII, 9, D). Tapatinimosi seka pradedama *pamatiniu pasitikėjimu* (kurį mažas vaikas išgyvena mėtomas aukštyn ir saugiai sugaunamas) ir tęsiama kalbant apie kitus 8 tapatinimosi požymius. ERIKSONAS rašo:

„Pasirodo, kad galutinai suderinti visus sutampančius tapatinimosi elementus (bei nukrypstančių elementų atsisakyti) baigiantis vaikystei yra neįtikėtinai sunkus uždavinys. Kaip tada galima tikėtis, jog su tuo bus susitvarkyta per tokią „nenormalią" stadiją kaip paauglystė?"

D Savivaizdis

Nuo W. JAMESO (1890) laikų Aš klausimą psichologija laiko vienu reikšmingiausių. Aš formavimosi procesas – tai

kaip iš Aš „šešėlio" susiformuoja unikali asmenybė?

Tarp daugelio požiūrių į savivaizdį išsiskiria keletas su gausos siekiais susijusių tendencijų.

Savęs pratęsimas yra apsisprendimo judėti pirmyn atsisakant patogumo pagrindas.

Interesų atranka apriboja esmines veiklos sritis. Čia retai išvengiama konfliktų: norint toliau ko nors imtis (o ne kovoti su neįmanomais reikalavimais), būtina *reikalavimus suderinti.*

Savivertės jausmas grindžiamas pasitikėjimu savimi, kuris išgyvenamas matant savo laipsnišką tobulėjimą. Tai savo ruožtu yra *saviraiškos* pagrindas.

Aš atsparumas padeda išsaugoti jau atsiradusią pusiausvyrą tarp idealiojo ir realiojo Aš: tarp paslaugumo ir nusižeminimo.

E Prasmės siekimas

Filosofija (pvz., KANTO transcendentinis Aš), ypač tokios jos sritys kaip pažinimo teorija ar etika, skiria svarbų vaidmenį žmogaus savęs pranokimui. Tai gali būti reikšminga ir psichologijai. Mąstymas iškelia žmogų virš savo paties bei jį supančių žmonių interesų. Jis gali mąstyti apie visatos vertę bei prasmę ir, atsižvelgdamas į tai, šiame fone matyti ir savo vietą.

Šį troškimą perteikia, pvz., Dievo Tėvo perduodama užuomina (MICHELANGELO Siksto koplyčios lubų freska).

ARISTOTELIS atstovavo optimalizmui: žmogus siekia to, kas, jo manymu, yra gėris.

Prasmės siekimas atspindi daugialypius gausos siekius:

Vertybių hierarchija yra individualūs sprendimai apie savo ar visų prioritetus.

Gyvenimo orientacija padeda nusakyti tikroviškas laimės gaires.

Būties teigimas savo paties gyvenimą pateikia kaip prasmingą (prasmės tikrumas).

Dorovė susiaurina gyvenimo orientaciją (sulaiko nuo nedorovingo elgesio), tačiau toks apribojimas stiprina troškimą gyventi prasmingai.

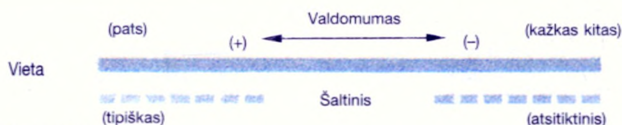
Daugelio žmonių prasmės siekimas tampa asmens *pasaulėžiūra* (plg. XXI, 4).

A_1

	Nuomonės tipas	Nuomonės sustiprinimas	Nuomonių perversmas
1	Įsitikinimas	Įrodomumas	beveik neįmanomas (psichozė)
2	Žinoma tiesa	Atitikimas	sunkus (terapija)
3	Vedinys	Patvirtinimas	tikėtinas
4	Šalutinis dalykas	Paisymas	paprastas (reklama)

A_2

A Požiūris



B_1 Kontrolės lokusas



B_2 Priskyrimas

B Atribucija

vidinė išorinė

C_1 Kognityvinis priešinimasis

C_2 Kognityvinė kontrolė

C Savikontrolės motyvai

Ši motyvų grupė nėra susijusi su konkrečiais tikslais, bet tarsi atsveria kitus anksčiau minėtus motyvus. Tai plačiąja prasme **kontrolės motyvai.**

Kontrolė čia suprantama kaip sąmoningas ar nesąmoningas išankstinis arba atgalinis siekių tikrinimas. Dėl to tam tikri siekiai, veikiami aukštesnių motyvacijos procesų, yra keičiami, slopinami arba sustiprinami.

A Požiūris

Mūsų vadinamasis objektyvumas yra kupinas subjektyvumo.

Vienas nuo kito nepriklausomai judančių dviejų taškų judėjimas (pvz., ekrane) suvokiamas kaip *santykis*, o ne tik kaip jų tarpusavio atstumo pokytis. Nevalingai atrodo, kad taškai vienas kitą vaiko, seka, stumia ir t. t.

Paprastai esame linkę viską paaiškinti.

(A_1) Kamuolys (dešinėje), lyginamas su skirtingo dydžio veidais, gali būti suvokiamas įvairiai: kaip stalo teniso kamuoliukas, kaip teniso kamuolys, kaip rankinio ar medicininis kamuolys.

(A_2) Akivaizdžiausiai mūsų slaptą polinkį aiškinti atspindi *nuomonės*.

M. ROKEACHAS sukūrė požiūrių skalę (čia ji supaprastinta), kurią sudaro *nuomonių tipai:*

1) *Įsitikinimai* (tvirti požiūriai), pvz.: „Aš tai mačiau". Tokias nuomones sustiprina šimtaprocentinis sutarimas (įrodomumas): „Visi tai matė". Jų pakeisti beveik neįmanoma (nebent tai būtų psichikos ligonių haliucinacijos).

2) *Žinomos tiesos*, pvz.: „Peiliai yra pavojingi", nuomonę sustiprina atitikimas: „Dauguma tai patyrė". Tokią nuomonę pakeisti sunku (nebent terapija).

3) *Vediniai*, pvz.: „Taip parašyta laikraštyje"; nuomonę stiprina patvirtinimas: „Tai mano laikraštis", nuomonė gali keistis sumažinus tikėtinumą: „Šis laikraštis meluoja".

4) *Šalutiniai dalykai* (laikomi nesvarbiais), pvz.: „Dantų pasta X yra gera". Nuomonę stiprina asmeninė patirtis: „Aš manau taip pat", nuomonę pakeisti gana lengva, pvz., reklama: „Pasta Y yra labai gera".

B Atribucija

(B_1) Atribucija – žingsnis tolyn: (dažniausiai nemąstant) įvykiams priskiriamos tam tikros priežastys. J. B. ROTTERIS (1965) tai pavadino kontrolės lokusu: kas dėl ko yra „kaltas".

B. WEINERIS (1984) šį „suvokiamą priežastingumą" dalija į 3 susijusius matmenis:

Vieta apibūdina iniciatorių: ar aš pats, ar kažkas kitas (pvz., sėkmė, kiti žmonės).

Šaltinis nurodo priskiriamą vertę ar reikšmę (W. STERN, 1950).

Valdomumas: įsivaizdavimas, kad nieko negaliu padaryti arba kad aš ir kiti gali ką nors pakeisti.

(B_2) Atribucinis kaltės priskyrimas priklauso nuo dalyvavimo pobūdžio.

1) Kai kuriems mokytojams blogas mokinys atrodo kvailas arba tingus.

2) Kai kuriems mokiniams motyvas nesimokyti yra mokytojas arba dar nepaaiškintos užduotys.

3) Diferencijuota klaidų analizė gali išryškinti ir daugelį kitų priežasčių: sunkumai namuose, ypatingi talentai, perdėti interesai ir kt.

Tiek kasdienybėje, tiek kai kuriose mokslinėse analizėse priežastys atribuciškai priskiriamos neapgalvotai. G. W. ALLPORTO supratimu, skubotai pasitenkinama pirmu pasitaikiusiu psichologiniu paaiškinimu („trumpasis jungimas").

C Savikontrolės motyvai

(C_1) Kadangi saviugda yra varginanti, suprantamas motyvacinis polinkis saugoti save ir savo poziciją nepakitusius. *Kognityvinį priešinimąsi* galima nusakyti tokiais žodžiais:

„Teisinga tai, kas yra ir koks aš esu" (nors tai gali būti labai klaidinga).

Kognityvinio disonanso teorija (FESTINGER) grindžiama taisykle, kad pirmiausia atrenkami tokia informacija, tokios nuomonės ir tokie faktai, kurie dera su paties žmogaus supratimu, o prieštaraujantys dalykai atmetami. Psichoanalizė (žr. XIX, 3) kalba apie gynybos mechanizmus, pasireiškiančius netgi sapnuojant.

(C_2) Tikrinti savo motyvaciją padeda kognityvinė kontrolė. Daugybė teorijų (BANDURA'OS Aš efektyvumo; BRADBURNO ir kt. psichinės sveikatos; SOLOMONO, CORBITO atoveiksmio; BREHMO reaktanso ir kt.) pagrindžia savarankišką motyvacijos kontrolę.

Remiantis savo patirtimi galima skirti:

ar alkoholio išgėręs vairuotojas nevažiuoja automobiliu dėl *vidinių* priežasčių, pvz., jaučiasi atsakingas savo šeimai, ar dėl *išorinių*, pvz., bijo policijos.

Mimika
Gestai
Laikysena
Eisena

A_1 Eiliškumas

A_2 Daugiareikšmiškumas

A_3 Ryšio užmezgimas

A_4 Kompetentingumas

A Suvokimas ir kognicija

1
2
3

B_1 Veido bruožai

B_2 Aplinkybės

B_3 Socialinės schemos

B_4 Projekcija

B Vertinimo klaidos

Pagal ką sprendžiama, ar štai su šiuo žmogumi pavyks sugyventi kelionėje? Kieno rekomendacija galima pasikliauti?
Beveik kasdien iškyla klausimas, kiek pažįstame žmones. Tačiau ar galima pasitikėti savo vertinimais?
Kas lemia kitų žmonių **vertinimą?**
Šie klausimai ypač svarbūs per *pirmąjį susitikimą*. Dėl pirmo įspūdžio (aureolės efekto) paviršutiniški dalykai gali lengvai tapti vėliau sunkiai keičiama žmogaus vertinimo dalimi.

A Suvokimas ir kognicija

Šios problemos istoriją atskleidžia giminiškų sąvokų kaita. Pirmoji sąvoka „žmogaus pažinimas" reiškė tam tikro pobūdžio slaptus gebėjimus. Vėliau tam pačiam dalykui apibūdinti buvo vartojama iš amerikiečių socialinės psichologijos perimta sąvoka „asmens suvokimas". Tačiau kadangi kalbama ne tik apie dirgiklių suvokimą, pradėta vartoti sąvoka „asmens kognicija". Dabar pirmenybė teikiama sąvokai „asmens vertinimas", nes turimi omenyje kitų žmonių vertinimai, nulemti suvokimų *ir* kognicijos. Tai greito ar ilgalaikio socialinio orientavimosi sąlyga. Čia svarbūs kai kurie dėsningumai.
(A_1) Tiek kai norime ką nors *pavaizduoti*, tiek kai *stengiamės ką nors pažinti*, mūsų vidiniai akstinai per kūną pasireiškia nevienodai greitai.

Mimika yra ankstyviausios išraiškos sritis, kurią pirmiausia pažįsta vaikas, ir į kurią pirmiausia atsižvelgia suaugęs žmogus. Tada *paeiliui* eina gestai, laikysena, eisena ir kt. išraiškos sferos (pvz., mikrojudesiai).

Mimikos reikšmė dažnai pervertinama. Kitų kūno išraiškų turinys dažniausiai nepakankamai įvertinamas.
(A_2) Išraiška iš esmės yra savavališka (iš dalies pasirenkama), todėl ir *daugiareikšmė*. Vertinant jokiu būdu negalima ja taip tvirtai vadovautis, kaip vaizduojama kai kuriuose kūno kalbą aiškinančiuose paveikslėliuose.

Pav. A_2 išraiška atspindi tiek simpatiją, tiek antipatiją, o apskritai laikysena koketiška, tą patvirtina ir provokuojančio bejėgiškumo ženklas – prie lūpų laikomas pieštukas.

(A_3) Išraiška atsiranda *užmezgant ryšį* su kitais žmonėmis (kai kurie teoretikai su tuo sieja kiekvieną išraišką), todėl ji padeda siekti papildomų tikslų, pvz., nežodinis bendravimas.
(A_4) *Kompetentingumas* vertinant asmenis gali svyruoti: nelygu momento aplinkybės. Gerai, kad vertinant (pvz., teisėjas) atsižvelgiama į pavojų, kurį gali sukelti vertinimo klaidos.

B Vertinimo klaidos

(B_1) Dažniausiai klystama, kai klaidingai suvokiami *veido bruožai*. Akivaizdu, kad kai kurie dažnai pasitaikančios išraiškos požymiai taip įsismelkia, jog tampa tarsi pastovių asmenybės požymių atvaizdais (įprastinės išraiškos).

Kiti požymiai, kaip atstumas tarp akių (1), nosies ilgumas (2), burnos aukštis (3), kurie, kaip nurodoma, labai stipriai veikia asmenybės vertinimus, bet nerodo jokių reikšmingų ryšių su objektyviai išmatuojamais asmenybės ypatumais.

(B_2) Panašią painiavą gali sukelti ir *aplinkybės*. Žmogaus, žvelgiančio į žvakės liepsną, akių vyzdžiai išsiplečia ir užtemdo rainelę. Gali susidaryti įspūdis, kad šis žmogus atkaklus ar netgi geidulingas, nors iš tikrųjų taip atrodo tik dėl aplinkybių. Atitinkama grįžtamoji reakcija gali iš tiesų sukelti panašią būseną.

Kitiems aplinkybiniams vertinimo nukrypimams daro įtaką, pvz., judesiai.

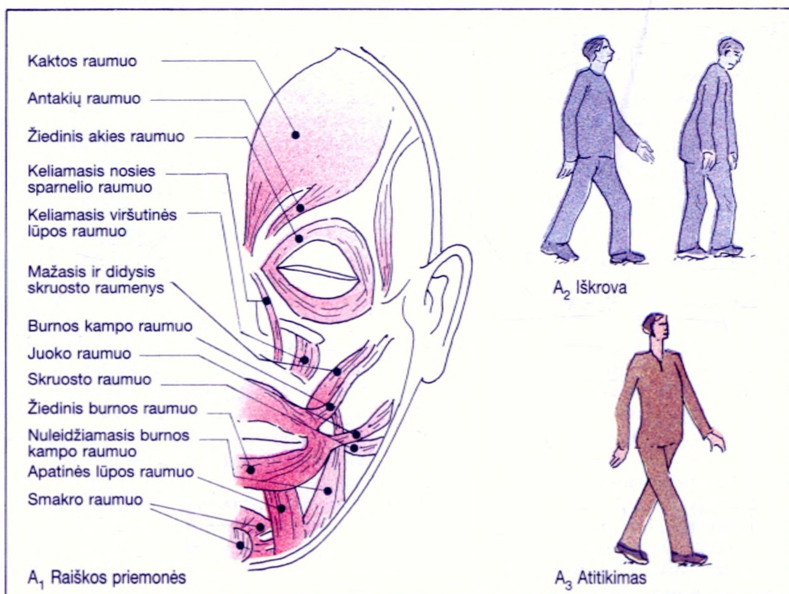
Padavėjas, svečių akivaizdoje vaikštantis mažesniais žingsniais negu paprastai, atrodo paslaugesnis.

Kai kurių žmonių geranoriškumu tikima mažiau tik todėl, kad jų judesiai neraiškūs.
(B_3) Trečia vertinimo klaidų rūšis yra *schemiški* sprendimai, nulemti socialinių požymių: tautybės, lyties, profesijos, amžiaus, visuomenės sluoksnio, kilmės, krašto ir kt. Iš kiekvienos socialinės grupės tikimasi atitinkamų išraiškos būdų. Kadangi asmuo turi atitikti įvairius socialinius kriterijus, šie lūkesčiai susikerta. Taip pat yra skirtumas tarp to, kuriai socialinei grupei prisiskiriame patys (ir prie jos prisitaikome išraiška) ir kuriai mus priskiria kiti, įskaitant ir atitinkamas elgesio taisykles.

Jei paties žmogaus ir kitų vertinimai bei socialiniai kriterijai nesutampa, tada, pvz., griežta išraiška gali būti vertinama kaip kilniaširdiška.

(B_4) Vertinant asmenis vargiai išvengiama ir *projekcijos*. Kaip gynybos mechanizmas (patologine prasme) projekcija pasinaudojama vengiant įsisąmoninti ir įvardyti nesąmoningus akstinus: jie priskiriami kitiems žmonėms. Tačiau ir šiaip esame linkę daugybę patiems būdingų dalykų įžvelgti kituose žmonėse.

Iš to kyla nesąmoningas polinkis kituose asmenyse matyti save, o ne juos pačius, kokie jie yra.



A Išraiškos fenomenai

B_1 Plaštakos padėtis

B_2 Matavimas

B_3 Registravimas

B_4 Grįžtamasis ryšys

B Išraiškos tyrinėjimai

JOHANNĄ KASPARĄ LAVATERĮ (1741–1801) galima vadinti pirmuoju Naujųjų laikų raiškos tyrinėtoju.

„Kūne matome sielą, kiek ji yra stipri ir veiksminga".

Po šimtmečio CHARLESAS DARWINAS įspėjo: „**Išraišką** studijuoti sunku, nes judesiai dažnai visiškai nereikšmingi ir trumpalaikiai".

A Išraiškos fenomenai

Šia sritimi žavimasi, nes esą žinant, ką reiškia atskiri signalai, galima greitai intuityviai pažinti žmogų. Tokio požiūrio šalininkams vertėtų žinoti, kad žmogus savo raiškos gebėjimais (bent svarbiausiomis išraiškų sritimis, žr. XII, 17) gerokai pranoksta kitas gyvas būtybes.

(A_1) Pvz., veido išraišką formuoja daugybė raumenų (ypač 14 pavaizduotųjų). Taip pat svarbu vyzdžių reakcijos bei odos spalvos pokyčiai (raudonavimas). Viso to rezultatas – kintantis mimikos žaismas, neįmanomas nė vienos rūšies gyvūnams.

Kas apskritai yra toks fenomenas kaip išraiška? Šį klausimą nagrinėjo daugelis teoretikų. Jų teorijas galima dalyti į dvi dideles grupes.

(A_2) *Iškrovos teorijos* šalininkai mano, kad išraiška yra tik vidinių vyksmų sukeltos kūno reakcijos, pagal kurias sprendžiame apie vidinius procesus (vienas pogrupis aiškina, kad tai įgimta programa, kitas, kad išmokti dalykai).

(A_3) *Ryšio užmezgimo teoretikai* žengia toliau. Jie mano, kad išraiška visada yra bandymas kažką perduoti kitam:

„Išraiška yra visuomet kieno nors išraiška kam nors" (R. KIRCHHOFF, 1965). Vis dėlto abi teorijų grupes galima sujungti. Schemiškai tą parodyti galima nagrinėjant, pvz., eiseną.

Pav. A_2 eskizai vaizduoja žvalaus ir pavargusio žmogaus eisenas. Abu atvejai rodo vidinę būseną, kuri išoriškai atpažįstama.

Pav. A_3, priešingai, eina atlašus žmogus, eisena liudija jo didelę savikliovą.

Atrodytų, kad pirmasis pavyzdys patvirtina greičiau iškrovos teorijas (kurių vienas ankstesniųjų atstovų buvo H. SPENCERIS), antrasis – ryšio užmezgimo teorijas (kurių vienu iš atstovų galima laikyti L. KLAGESĄ). Žinoma, yra daugybė tarpinių eisenos būdų, reiškiančių tiek iškrovą, tiek norą užmegzti ryšį. Šiuos susijusius požiūrius jungia vadinamosios diadinės raiškos teorijos.

Pvz., P. EKMANO ir kt. (1972) „neurokultūrinė teorija", nagrinėjanti nervų sistemos ir kultūros veiksnius.

B Išraiškos tyrinėjimai

Svarbiausias išraiškos tyrimų klausimas toks:

Ar išraiška atspindi tik momentinę savijautą, ar ir pastovius asmenybės bruožus?

Vienareikšmio atsakymo nėra, nes raiškos formų daugybė:

atsakomoji (atsakas į kito žmogaus juoką), vegetacinė (pvz., paraudimas),
simbolinė (aprangos, šukuosenos, makiažo sustiprinta išraiška),
įprastinė (pvz., susidariusios raukšlės),
nežodinė (kalbą papildanti priemonė),
tikslinga (pvz., aktorių išraiška),
sutartinė (visuomeninis elgesys).

Siekiant tiksliau nustatyti šias įvairias formas, taikomi įvairūs tyrimo metodai; pateikiamos keturios svarbiausios jų grupės.

(B_1) Jau nuo seno, taikant *priskyrimo metodus*, mėginama pagal išraiškos elementus spėti apie vidines būsenas.

Taikant ARNHEIMO *lyginimo* techniką, tiriamojo prašoma padėti ranką ant pagrindo:

a) plaštakos padėtis tipiška pasitikintiems savimi,
b) pasižymintiems savitvarda,
c) neryžtingiems.

(B_2) Dar XIX a. WILLIAMAS BENJAMINAS CARPENTERIS nustatė, jog yra įvairių nepastebimų *mąstymą lydinčių judesių*. Šiandien, naudojantis tobulesne technika, galima tiksliai tirti *mikrojudesius* kaip išraiškas.

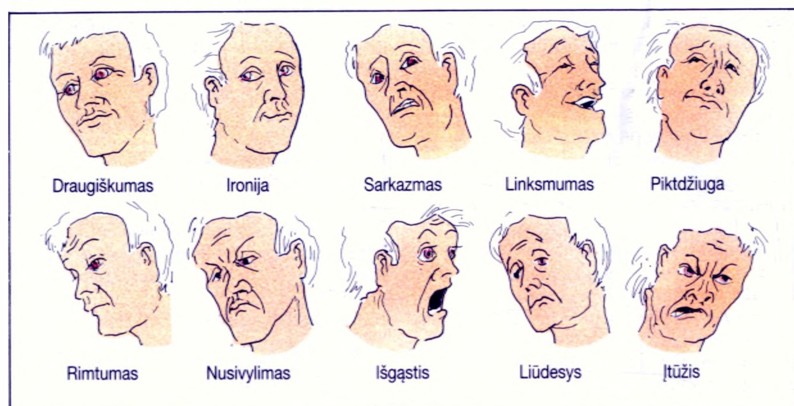
Anksčiau buvo taikomas „rašymo svarstyklių" metodas, t. y. atitinkamu prietaisu, naudojant guminę pūslę, buvo registruojamas plunksnos spaudimas rašant.

(B_3) *Kalbėjimo ypatumus* (pvz., tempą, melodiją, moduliaciją) elektroniniu būdu galima pavaizduoti sonogramomis.

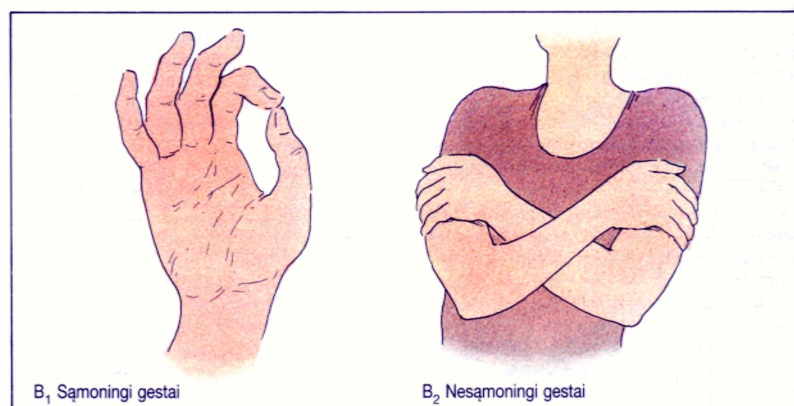
Pav. pateiktas dviejų žmonių ištarto žodžio *eins* (vok. vienas) pavyzdys.

(B_4) Ketvirtoji tyrimų grupė nagrinėja *reagavimą* į savo kalbinę raišką:

Vadinamąjį *kalbėjimo pavėjui* fenomeną rodo specialus bandymas. Normaliai kalbantys žmonės, savo kalbą išgirdę po kelių sekundės dalių, ima mikčioti (plg. XIX, 16, C).



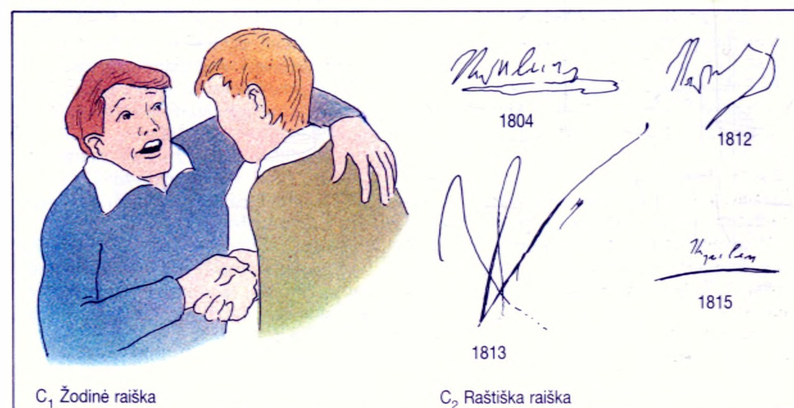
A Mimika



B_1 Sąmoningi gestai

B_2 Nesąmoningi gestai

B Pantomima



C_1 Žodinė raiška

C_2 Raštiška raiška

C Kalbinė raiška

Paveiktas LAVATERIO GOETHE eilėmis išraišką apibūdino taip:

„Nieko nėra viduje, išorėje – nieko, nes, kas yra viduje, išorėje kyšo".

Tačiau būtent tai yra ginčytinas dalykas. **Kūno kalbai** būdinga daugybė transformacijų, kurias iš esmės lemia 2 sąlygos: išraiškos *siuntėjo* paveikti nukrypimai ir išraiškos *priėmėjo* pasirengimas bei gebėjimas ją suprasti.

A Mimika

NICOLAI HARTMANNAS rašo:

„Žmonės juokiasi taip pat skirtingai, kaip skirtingai veikia, juda, kalba ar tyli".

Išraiškos siuntėjas disponuoja daugeliu *raiškos būdų* (mimika, gestai ir kt.). Kiekvienas individas skirtingai naudoja savo kūną kam nors išreikšti.

Išraiškos atotykis apibūdina daugiau ar mažiau sutampančius momentinius išraiškos požymius (jų prieštaringumas gali teikti papildomos informacijos).

Išraiškos trukmė yra itin svarbi kaip santykinis procesas (pvz., ar juokas staiga nutrūksta, ar nuslopsta pamažu).

Išraiškos intensyvumas (pvz., gestų apimtis) ypač svarbu sprendžiant apie sutrikusį elgesį.

Išraiškos deramumas – tai didesnis ar mažesnis išraiškos ir ją sukėlusios priežasties atitikimas (pvz., juokas ir sąmojis).

Išraiškos valdymo klausimas tikrai yra sudėtingiausias. Čia daug kas priklauso nuo to, ar išraiška vertinama kaip sąmoninga, ar kaip nesąmoninga. Daugelį šių reiškinių išties greičiau galima apibūdinti kaip pusiau sąmoningus.

Remiantis SCHLOSBERGO (plg. XI, 1, B) smagių ir nesmagių išraiškų skirstymu, pav. A viršutinėje eilėje pateiktos *smagios* mimikos formos (draugiškumas, ironija, sarkazmas, linksmumas) ir dvilypiai jausmai (piktdžiuga), apatinėje eilėje – *nesmagios* mimikos (rimtumas, nusivylimas, išgąstis, liūdesys, įtūžis).

B Pantomima

STEFANAS ZWEIGAS vienoje novelėje nepaprastai vaizdžiai aprašo Monte Karlo ruletės žaidėjų rankas: nervingai drebančios, virpančios nuo susijaudinimo, besispyriojančios, pasirengusios plėšrūno šuoliui ir t. t.

Šis literatūrinis pavyzdys rodo, kad skirtingi *priėmėjai* nevienodai jautriai suvokia išraišką. Kažin ar daug žmonių iš šių žaidėjų rankų judesių būtų įžvelgę visko tiek, kiek įžvelgė ZWEIGAS. Tačiau galbūt ZWEIGAS dėl kai kurių judesių bus apsirikęs, jei žaidėjai norėjo suklaidinti kitus žiūrovus. Ne kiekviena išraiška yra sąžininga.

Apgauti lengviau mimika. Pantomimos sritis (gestai, kūno laikysena, judesiai) sunkiau suderinti.

Pvz., eisena ir judesiai labai sunkiai paveikiami sąmoningai, bet gana lengvai kitomis sąlygomis, pvz., susižeidus ar kai spaudžia apavas.

Galima skirti *sąmoningus* ir *nesąmoningus* gestus.

(B_1) Šis sąmoningas gestas yra sutartinis: Japonijoje jis reiškia pinigus, Vokietijoje – tikslumą.

(B_2) Toks nesąmoningas gestas yra daugiareikšmis. Jis gali reikšti laukimą, tačiau ir savisaugos poreikį arba kad žmogui šalta.

C Kalbinė raiška

Be išraiškos siuntėjo ir priėmėjo, vadinamosios kūno kalbos savybes veikia ir trečia instancija – *visuomenė* bei jos sutartiniai potvarkiai. Kokia daugialypė dėl šių dalykų tampa kūno kalba, akivaizdžiausia stebint kalbinę raišką.

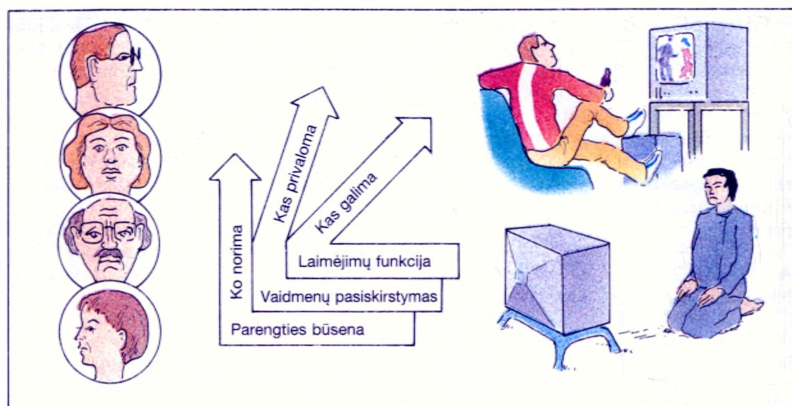
(C_1) Socialiniai įpročiai nustato, su kuo kalbantis galima užmegzti nuoširdų ryšį ir kokiose situacijose jis bus patiriamas kaip deramas.

Kitas pavyzdys: suaugusiesiems rodyti liežuvį ar „ilgą nosį" (įvairiose kultūrose paprastai reiškia gynimąsi ir nepagarbą) leistina tik išimtiniais atvejais (pvz., žinomas A. EINSTEINO paveikslas, kuriame persekiojantiems fotografams jis rodo liežuvį).

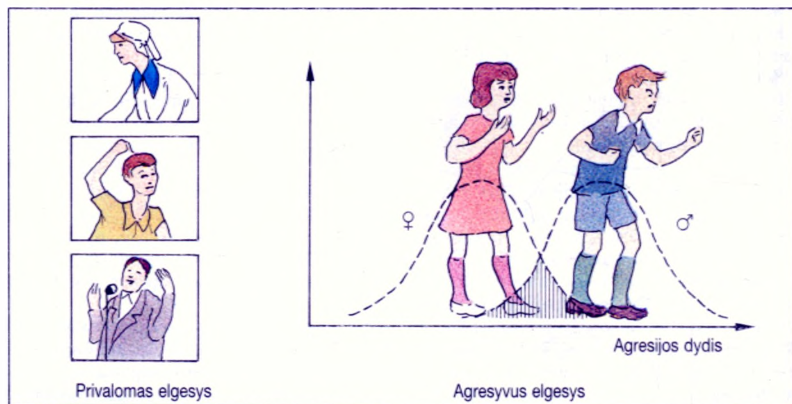
(C_2) Raštą bandoma aiškinti jau seniai, nes ilgą laiką jis buvo vienintelė *saugotina* informacijos perdavimo priemonė, tačiau ypač dėl rašto raiškos požymių daugybės (spaudimo stiprumo, eilučių ypatumų, išdėstymo, raidžių jungimo, judesių veržlumo ir pan.).

Grafodiagnostika (J. SLIKBOER) skiriasi nuo *grafologijos* panašiai kaip astronomija nuo astrologijos. Ji remiasi moksliškai nustatytais rašto ypatumų ir jų raiškos ryšiais. Ypač svarbu kriminologams nustatyti, kieno rašyta. Toks tyrimas pradedamas nuo rašymui naudotų medžiagų cheminės analizės ir baigiamas mikrojudesių tikrinimu.

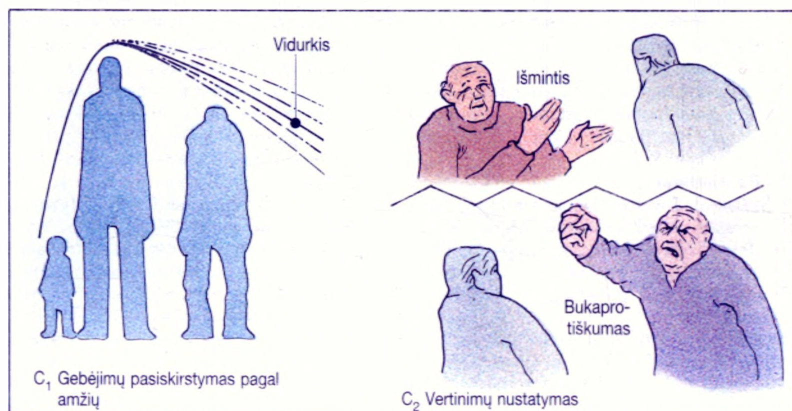
Tai, kad raštas priklauso ir nuo aplinkybių, rodo NAPOLEONO BONAPARTO parašai.



A Parengties būsenos sistema



B Vaidmenų sistema



C Gebėjimų sistema

Asmenybės psichologijos tikslas – individas. Nauja jos sritis tiesia kelią į socialinę psichologiją (žr. XV). Čia kalba eina apie žmonių, kaip biologinių-socialinių grupių narių, individualių požymių lyginimą.

Pvz., tikra prielaida laikoma tai, kad individualus vaizdas daugiau ar mažiau iškraipomas dėl lyčių skirtumo.

Remiantis ligšiolinėmis mokslo išvadomis, šie dalykai nėra tvirtai susiję. Daug daugiau tai priklauso nuo individo gimíningumo tam tikrai grupuotei.

Taigi mes visi esame žmogaus rūšies nariai, tam tikro amžiaus, tam tikros lyties, tautybės, tam tikro sluoksnio bei profesijos ir kt.

Visas šias grupės savybes tiria **lyginamoji analitika.** Beje, pamatuotų rezultatų sulaukiame labai retai.

A Parengties būsenos sistema

Ar galima kalbėti apie amerikietį, moterį, profesorių, vaiką kaip individus?

Išties vargu. Tačiau didesnę ar mažesnę mūsų individualybės dalį nusako tai, kokioms biologinėms-socialinėms grupėms priklausome.

Norint geriau ištirti šią problemą, reikia iškelti 3 klausimus:

Ko nori?, ką privalo?, ką gali (pvz., moteris, senas žmogus ar azijietis, lyginant su priešingomis grupėmis: vyras, jaunas žmogus, neazijietis)?

Mėginant atsakyti į šiuos 3 klausimus, susiformavo 3 lyginamosios analitikos sritys, analizuojančios atitinkamų grupės požymių sistemas ir joms būdingus iškraipymus. Tai – *parengties būsenos, vaidmenų pasiskirstymo* ir *gebėjimų sistemos.*

Pvz., visiškai nuskurdusio žmogaus neviltis ar turtuolio nesaugumas. Tai rodo ir *kultūrų* lyginimai.

P. EKMANAS tyrė japonų ir amerikiečių, žiūrinčių filmą, išraiškos ypatumus. Rezultatai gerokai skyrėsi (koreliacijos nuo 0,39 iki 0,86) ir priklausė nuo išraiškos srities.

Panašiai elgesį veikia ir „grupės spaudimas" (BENESCH), dėl kurio itin vertinamose grupuotėse (nacija, religija, socialinis sluoksnis) įsitvirtina panašios reakcijų formos (pvz., skausmo išraiška).

B Vaidmenų sistema

Vaidmenys suprantami kaip tam tikrų grupių, pvz., medicinos seserų, mokinių ar laidų vedėjų privalomas elgesys ir neatskiriami nuo abiejų kitų lyginamųjų sistemų (pvz., moterų vaidmuo susijęs ir su jų biologine misija). Be to, kiekvieną vaidmenį sutartinai nustato ir bendruomenė.

Tai akivaizdžiausia kalbant apie *lyčiai būdingą elgesį.* Moterų ir vyrų vaidmenys (kaip nurodo biheivioristinės, analitinės ar kognityvinės teorijos) pasikeitė dėl daugybės priežasčių. Nedaugelis sričių, pvz., bendra profesinė orientacija, priešingai, išliko pastovios.

Lyties vaidmuo yra pagrindinė „moterų tyrimų" (BECKER-SCHMIDT, 1992) tema. Ryškiausi yra tam tikrai lyčiai būdingo *agresyvaus elgesio* skirtumai, atitinkantys privalomus vaidmenis:

berniukai agresyvesni negu mergaitės.

Dėl to spėjama, kad moterys labiau linkusios į priklausomybę (pelenės fenomenas). Panašu, kad berniukai labiau veržiasi vyrauti ir turi tvirtesnius interesus, tačiau kalbant apie bendrą aktyvumą, impulsyvumą (nepaisant tam tikrų prietarų) nėra įrodyta, kad būtų kokių nors skirtumų: pvz., baimingumas greičiau priklauso nuo amžiaus, o ne nuo lyties (DEGENHARDT, TRAUTNER, 1979).

C Gebėjimų sistema

Yra įvairių, daugiausia ideologinių gebėjimus nusakančių prietarų.

Pvz., įvairios rasės, žemesni socialiniai sluoksniai, seni žmonės, moterys ir kt. paprastai vertinami kaip protiškai mažiau pajėgios biologinės-sociologinės grupės.

Tokios prielaidos yra arba klaidingos, arba nepakankamai diferencijuotos.

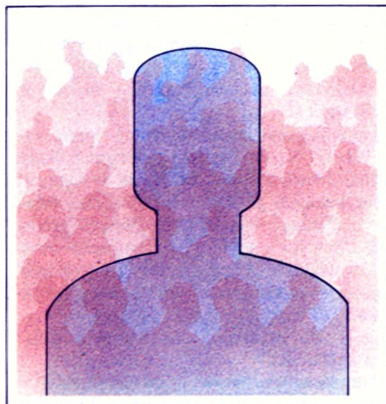
Iš apibendrintų rezultatų kreivių (HONZIK, MCCALL, JARVIK ir kt.) matyti, kad nuo vaikystės jos staigiai kyla iki jaunystės, brandos amžiuje susilygina ir artėjant senatvei leidžiasi žemyn. Kreivių skirtumai rodo, jog senstant gebėjimai ne visuomet prarandami.

(C_1) Šiandien manoma, kad dėl amžiaus daugiau keičiasi intelekto struktūra:

stiprėja „protiniai naudojimosi patyrimu gebėjimai" (tikslesnė pavienių duomenų analizė);

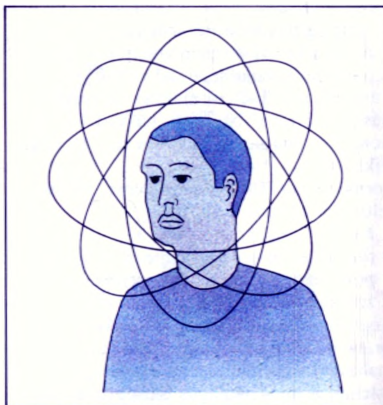
silpnėja „protiniai apdairumo gebėjimai" (greitas daugelio faktų suvokimas).

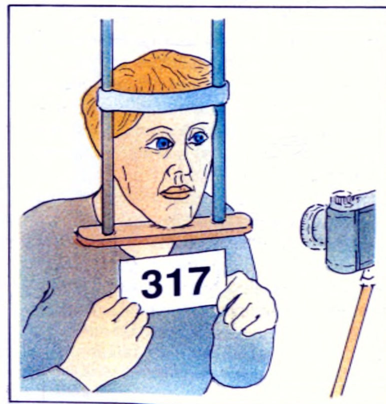
(C_2) Skirtinga intelekto raida siejama ne tik su skirtingomis socialinėmis-biologinėmis priežastimis. Svarbu yra taip pat, kaip priimamos ir vertinamos sužadinančios situacijos. Senstant gali stiprėti tiek išmintis (psichinis diferenciškumas), tiek bukaprotiškumas (rigidiškumas).


A Galios


B Atvirumas naujovėms


C Pagarba


D Būties darna



E Savikritiškumas


F Harmoningumas

Šis skyrius baigiamas dviem klausimais apie žmogaus ribas.

Kokie aukščiausi (pozityvūs) asmenybės raidos tikslai (šio puslapio tema)?

Kokios galimos asmenybės sutrikimų tendencijos (žr. XII, 20)?

A Galios

Asmenybės gebėjimai nėra pastovūs, jie formuojasi esant palankioms sąlygoms (paskatos, reikalavimai, palaikymas). Filosofijos ir psichologijos istorijoje minima daug didžiausių asmenybės privalumų:

subtilus džiaugsmas, patikimumas, tyrumas, santūrumas, saviraiška ir kt.

Tačiau dėl įvairių sąlygų negali būti visa talpinančios trokštamos asmenybės (pav. A).

Vertingos yra visos asmenybės, todėl daugelis psichologų (ypač humanistinės krypties) susimąsto, kurios žmonių savybės individui bei visuomenei vertingesnės ir prasmingesnės, kas byloja apie vidinį asmenybės turtingumą (psichikos brandą).

B Atvirumas naujovėms

Fundamentali psichikos brendimo savybė yra žmogaus nešališkumas ir egzistencinis atvirumas (jautrumas, pav. B). Kiekvieną kartą, didėjant patyrimui ir žinioms, yra pavojus vengti naujų pažinimo bei patyrimo galimybių, ypač jei tai gali grėsti jau pasiektiems dalykams (priešinimasis naujovėms). Brandus žmogus neturėtų pasiduoti šiai silpnybei. SCHILLERIS, pradėdamas eiti pareigas universitete, 1789 m. apie supratingą mokslininką taip kalbėjo:

„Jis tiesą visada mylėjo labiau nei savo sistemą ir seną ydingą formą mielai keistų į naują, gražesnę".

C Pagarba

CARLAS ROGERSAS, pokalbio terapijos pradininkas, reikalauja, kad psichoterapeutai įsijaustų į klientus, juos suprastų bei gerbtų (pav. C).

Kas nesugeba atvirai priimti nė vieno žmogaus, negalės sukelti pasitikėjimo nei kitiems, nei sau pačiam.

Kitus žmones reikėtų greičiau *įvertinti*, o ne *nuvertinti*. Tą patį galima pasakyti ir apie pozityvių santykių su mėgstama ar nemėgstama aplinka lygį bei apie vidinį gebėjimą žavėtis.

D Būties darna

Sunkiausia apibūdinti žmogaus autentiškumą. Čia svarbūs yra jo savarankiškumas, tapatumas bei būties darna (pav. D).

Narcisistiškas žmogus (savimyla) gali mėginti save įtvirtinti 2 būdais:

gali bandyti pažeminti kitus apgaulėmis bei nedoromis kalbomis arba su kuo nors susitapatinti ir už to aukštinamo žmogaus pasislėpti nuo savęs bei nuo kitų.

Abu keliai pavojingesni negu ramus, kuklus tikrumas savo (santykiniu) „būties veiksmingumu". Patirdamas darną su savimi bei pasauliu, žmogus įgyja tikrumo, todėl jo kalbos, veiksmai bei dorovinės nuostatos tampa įtikinami.

HEINRICHAS VON KLEISTAS teigė, kad tokio ramaus žmogaus laimė vargu ar gali būti pažeidžiama:

„Ji nepriklauso nuo jokių išorinių dalykų, jos negali išplėšti joks tironas, negali sutrikdyti joks piktadarys, mes ją visur pasaulyje nešiojamės savyje".

E Savikritiškumas

Per vieną eksperimentą daugybė asmenų buvo nufotografuoti padėję smakrą ant rėmo ir rankose laikantys numerį (pav. E). Po savaitės jie turėjo anonimiškai apibūdinti šį „žeminantį" savo portretą. Tokiam tikslingam asmenybės puolimui sąmoningai šaltakraujiškai bei saviironiškai pasipriešino tik nedaugelis.

GOETHE rašė:

„Kas negali pasijuokti iš savęs, žinoma, nėra iš geriausiųjų".

F Harmoningumas

Lyginant indus matyti, kad stabilesni yra proporcingieji. Tą patį galima pasakyti ir apie asmenybės „indo" harmoniją (pav. F).

Jau ARISTOTELIS sielą suvokė kaip tvarkingą atskirų dalių struktūrą.

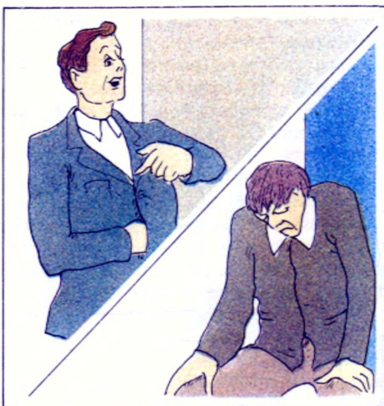
Kūno nedarna (pvz., trumpesnė ranka) tučtuojau krenta į akis. Psichikos disharmoniją atpažinti kur kas sunkiau.

SENEKA tai apibendrina taip:

„Gyvenimą galima vadinti laimingu tuomet, kai darniai sugyvenama su savo prigimtimi, kai baimingai nesirūpinama kūnu bei jo reikalavimais, kai žmogus mėgsta visus dalykus, kurie daro jo gyvenimą smagų, bet jų negarbina, kai naudojasi laimės dovanomis, bet netampa nuo jų priklausomas".



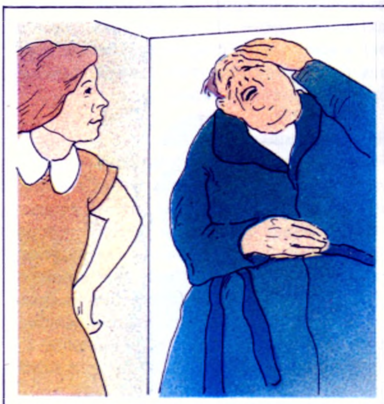
A Schizofrenija



B Ciklotimija



C Fobija



D Isterija



E Paranoja



F Piktnaudžiavimas

Kalbant apie žemutines asmenybės ribas kyla klausimas, kokios yra **psichikos sutrikimų** rūšys. Atsakyti į tai sunku dėl dviejų dalykų. Viena vertus, sutrikimų galimybių yra ne mažiau negu pozityvių psichinio išgyvenimo bei elgesio formų. Svarbiausių sutrikimų skirstymas į grupes šią įvairovę neišvengiamai susiaurina.
Kita vertus, tokį skirstymą veikė trys vyraujančios terapijos kryptys, klasifikavusios psichikos sutrikimus iš skirtingų pozicijų: psichiatrija, psichoanalizė ir elgesio teorija. Kaip to išdava susiformavo trys iš dalies sutampančios sutrikimų rūšys: *psichozės*, *neurozės* ir *elgesio sutrikimai*. Ilgainiui iš jų išsirutuliojo du pagrindiniai sutrikimai.

A Schizofrenija

ERNSTO VON FEUCHTERSLEBENO 1845 m. įvesta psichozės sąvoka pakeitė senus XIX a. terminus: pamišimas, siautulys, beprotybė (lot. *alienatio mentis*, *insania*) ir kt. Ji vartojama apibūdinti sunkiausiems psichikos sutrikimams: *egzogeninėms* psichozėms (alkoholinis delyras, paralyžius ir pan.), sukeltoms akivaizdžių priežasčių, ir *endogeninėms* psichozėms (schizofrenija, ciklotimija ir pan.), kurių fizinės priežastys nežinomos.
Schizofrenija (1911 m. taip pavadinta EUGENO BLEULERIO) yra destruktyvus asmenybės sutrikimas, kuriam būdingi tokie simptomai: haliucinacijos, jausmų sąstingis, susilpnėję potraukiai, realybės jausmo praradimas, Aš nykimas, savanoriškas atsiribojimas. Tokie ligoniai pasitraukia nuo kitų ir patiria neracionalius haliucinacijų priepuolius, kuriuos dažnai nupasakoja (pav. A).

B Ciklotimija

Maniakinės depresinės psichozės yra dvifazės (bipolinės) jausmų būsenos, kurios reiškiasi besikaitaliojančiomis *manijos* (didybės manija arba siautulys) ir *melancholijos* fazėmis. Melancholijos (gr. juodoji tulžis), kaip sunkiausios depresijos formos, sąvoką pasiūlė HIPOKRATAS. Monopolinė (vienos fazės) depresija būdinga ir žemiau aprašytoms neurozėms.

C Fobija

Sąvoką „neurozė" 1776 m. pirmą kartą pavartojo škotų gydytojas WILLIAMAS CULLENAS apibūdinti psichikos sutrikimams, kuriems nebūdingi anatominiai-patologiniai pakitimai: daugiausia gelmių psichologijos kryptys šią sąvoką vartoja nuo to laiko (SIGMUND FREUD), kai pradėtos skirti *ūmios neurozės* (funkciniai kūno sutrikimai) ir *psichoneurozės* (sąlygotos neišspręstų vaikystės konfliktų).

Tarp neurozės ir psichozės įterpiami *ribinės asmenybės sindromai* (anksčiau vadinti ribinėmis psichozėmis).
Neurozės – sunkūs psichofunkciniai sutrikimai. *Fobijos* yra sunkios, chroniškos baimės būsenos, žmonių siejamos su daugybe priežasčių, tačiau nesuderinamos su sukeltų reakcijų stiprumu.

D Isterija

FREUDAS savo psichoanalizę (žr. XX) pradėjo isterijos studijomis.
Isterija laikoma „apsimestine" liga, pasireiškianti konversijomis (fiziniai sutrikimai, pvz., mėšlungis, tirpimas ir kt., nesant somatinių priežasčių). Isterikams būdingas demonstratyvus, netikras, kartais apsimestinis elgesys. Jų rodoma „liga" padeda jiems socialiai išnaudoti kitus žmones.

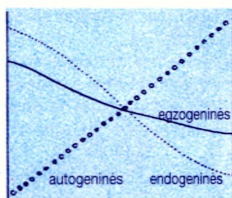
E Paranoja

Elgesį tiriantys psichologai sąvoka „elgesio sutrikimai" apibūdina visus socialiai reikšmingus sutrikimus: tiek *savivaizdžio* sutrikimus (pvz., menkavertiškumo kompleksas), tiek sutrikimus, susijusius su *grupe* (pvz., prisitaikymo sunkumai) bei su *visuomene* (pvz., kriminaliniai nusikaltimai).
Pvz., paranojikas jaučiasi neturįs veiksmų laisvės – savo veiksmus jis laiko veikiamais svetimų jėgų, mano esąs persekiojamas: pradedant perdėtu jautrumu (jam atrodo, kad yra nuolat stebimas), baigiant persekiojimo haliucinacijomis.

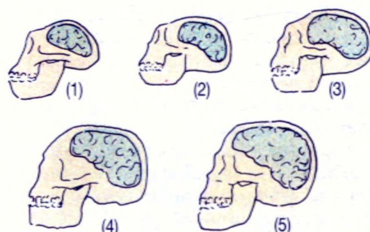
F Piktnaudžiavimas

Liguistas potraukis – vis dažnesnis elgesio sutrikimas, kylantis dėl tuštumos išgyvenimo bei aplinkos baimės. Alkoholizmas, narkomanija (pav. F), besaikis rūkymas, skubaus darbo manija (darboholizmas) ir kt. yra *elgesio nukrypimų*, keliančių pavojų gyvybei, pavyzdžiai. Dažnai tai (nevykę) bandymai apsisaugoti nuo asmenybei tariamai gresiančių dalykų: beviltiškumo, interesų praradimo, nesaugumo, nepripažįstamo silpnumo slėpimo, depresyvumo maskavimo.

Psichikos sutrikimų nomenklatūros yra tokios: DSV-III (DSM-III) – Diagnostikos ir statistikos vadovas, 3 leid., Amerikos psichiatrų asociacija; TLK-9 (ICD-9) – Tarptautinė ligų klasifikacija, 9 leid., Pasaulinė sveikatos apsaugos organizacija; PMDV (AMDP) – Psichiatrijos metodikų ir dokumentų vadovas. Kaip sprendimų alternatyvos (žr. IX, 14, B_1), kuriamos įvairios sutrikimų hierarchijos sistemos.



A_1 Sąlygos



A_2 Smegenų raida

A Žmogaus tapsmas

Milijonai metų
2
5
10
20
25
30

Orangutangas
Gorila
Šimpanzė
Žmoginės beždžionės
Dabartinis žmogus
Šiuolaikinis žmogus
Kromanjonietis
Neandertalietis
Ankstyvasis protingasis žmogus
Steinheimietis
Iškastinis žmogus
Pekinietis
Parantropas
Heidelbergietis
Ankstyvasis žmogus
Žmoginiai primatai
Australopitekas
Driopitekas
Tikroji žmoginė beždžionė
Prokonsulas
Žmogėjimo fazė
Parapitekas
Propliopitekas

B Evoliucijos genealoginis medis

Iš pradžių DARWINAS buvo suprastas neteisingai. Manyta, kad savo **kilmės teorijoje** jis žmogų kildina iš beždžionių. Šis klaidingas aiškinimas buvo naudingas tuo, kad kilmės teorija plačiai paplito, tačiau drauge sukėlė nesantaiką, netgi priešiškumą jos atstovams.

Žmogus *nėra* kilęs iš beždžionės, bet žmogus ir beždžionė turi *bendrus* protėvius, kuriuos galima atsekti (nors tai dar neįrodoma) tiriant evoliucijos grandinę iki pat gyvybės atsiradimo. Daugelis gyvybės formų yra išnykusios. Iki šiol egzistuoja tik nedidelė jų dalis (milijonai rūšių). Žmogus yra tarp jų (kol kas) sėkmingiausia rūšis.

A Žmogaus tapsmas

(A_1) Žmogaus tapsmą veikė trejopi vienas kitą stiprinantys (ar silpninantys) veiksniai:

endogeninis (organų tolesnė raida),
egzogeninis (aplinkos pokyčiai, reikalaujantys tam tikro prisitaikymo),
autogeninis (paties žmogaus susikurti sąlygų pokyčiai, pvz., nauja kultūra).

Žmogui reikšmingiausi tapo autogeniniai veiksniai. Kalbant apie šią sąlygų sistemą, paprastai pabrėžiama reikšmė tokių veiksmų kaip vaikščiojimas stačiomis (endogeninis) arba persikėlimas į savanas (egzogeninis), arba rankos įvaldymo įtaka kultūrai (autogeninis) (A_2). Lemiamu dalyku tapo visų trijų persipynusių veiksnių sąlygota cerebralizacija, t. y. smegenų masės didėjimas.

Apie ankstyvojo žmoginio primato, pvz., 1) Afrikos australopiteko, smegenis (nuo gyvūno prie žmogaus perėjimo laikotarpiu) galima spręsti pagal jo kaukolės talpą (apie 500 cm^3); 2) pekiniečio kaukolės talpa – 1050 cm^3; 3) ankstyvojo neandertaliečio – 1175 cm^3; 4) neandertaliečio – 1440 cm^3; dabartinio žmogaus – iki 2000 cm^3.

B Evoliucijos genealoginis medis

Žmogaus evoliucijos genealoginis medis apima spėjamos *žmogėjimo* fazės (20–25 mln. m.) ir *ankstyvojo žmogaus* (2–10 mln. m.) laikotarpį. Žmoginiai primatai (hominidai) atsiskyrė nuo žmoginių beždžionių (pongidų) palaipsniui, tai atspindėjo atskirų kūno dalių (pvz., kaukolės, žandikaulių) pokyčiai.

Hominidų raida dalijama į 5 stadijas:

pirmapradis žmogus (ankstyvieji hominidai: australopiteko ir habilino grupės),
ankstyvasis žmogus (archantropai), *iškastinis žmogus* (paleantropai, pvz., neandertalietis),
ankstyvasis protingasis žmogus (pereinamoji grandis nuo iškastinio žmogaus prie dabartinio žmogaus, pvz., steinheimietis ir *dabartinis žmogus* (neantropai, pvz., kromanjonietis).

Pongidų raidos linijos atveda iki šiandieninių žmoginių beždžionių – tai orangutangas, gorila, šimpanzė. Hominidų linijos yra tarsi dar gerai nepažintų žmogaus raidos išsišakojimų „gatvės" ir „akligatviai". Sėkmingas raidos linijas galima atrinkti atsižvelgiant į 5 bendras tendencijas.

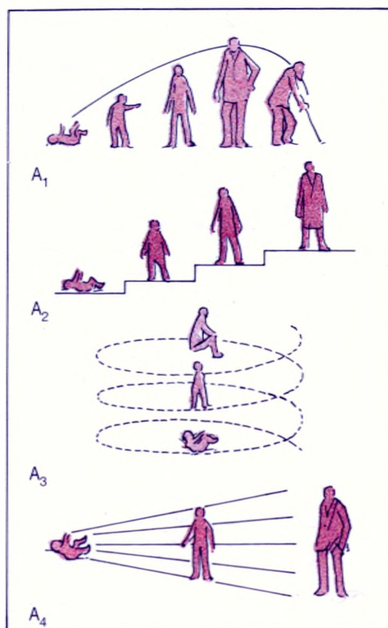
Dėl *smegenų masės kaitos* tapo įmanoma sąlygojimu („Bandymai ir klaidos", žr. VII) ir pažinimo procesais („Vaizduotė ir mąstymas", žr. IX), reguliuoti tvardomus instinktus.

Dėl *didėjančio grakštumo*, t. y. tam tikros kūno subtilumo kaitos (pvz., kūno plaukuotumo praradimo, ilčių išnykimo) bei organų tobulėjimo (tiesi laikysena, o rankos laisvos), pablogėjo prisitaikymas prie gamtos, bet atsirado galimybė kurti kultūrą.

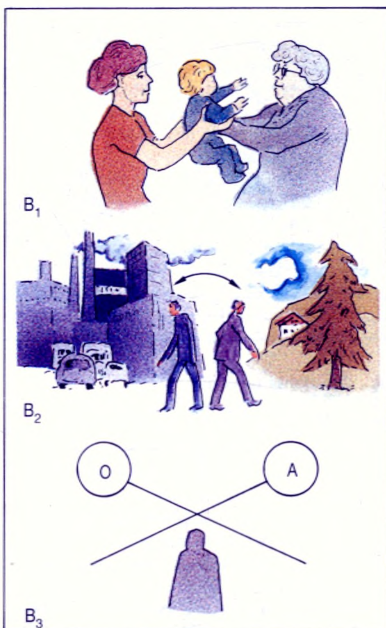
Ankstyvoji socializacija naikino bandos struktūrą (kai pateles apvaisina tik α-gyvūnas), susidarė giminės, individai ėmė subręsti anksčiau (neotenija), socialinius santykius imta institucionalizuoti, to išdava – ilgesnis moratoriumas (palikuonys ilgiau priklauso nuo tėvų kartos).

Technikos įdiegimas (pradedant akmeniniu pleištu) sudarė sąlygas plačiau panaudoti ir produktyviau įvaldyti aplinką.

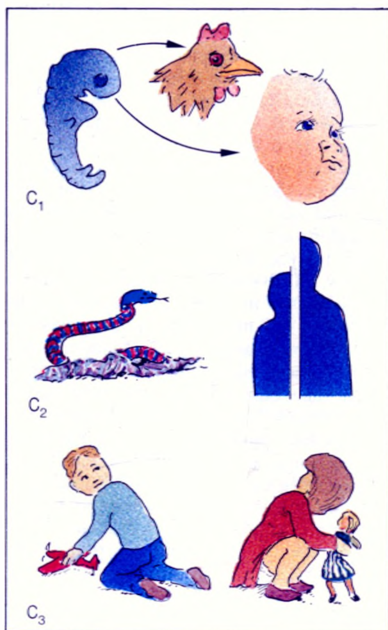
Kultūros raida išplėtė žmogaus veiklą: jis ėmė ne tik rūpintis, kaip išgyventi, bet plėtodamas meną, mokslą, pasaulėžiūrą susikūrė dvasinį pasaulį, pranokstantį tikrąją realybę. Kai atsirado kalba (maždaug prieš 100–200 000 m.) ir raštas (maždaug prieš 6000 m., uolų piešiniai maždaug prieš 30 000 m.), patyrimą tapo įmanoma įgyti nepriklausomai nuo individo ir tą patirtį išsaugojusios giminės. Dabar žmogus gali naudotis maždaug 500 000 kartų techniniais bei kultūriniais laimėjimais, pradedant pusžmogiais miško gyventojais, baigiant vaikščiojančiais stačiomis stepių bėgikais. Žinoma, didelė dalis patyrimo yra užmiršta. Dėl savito prisitaikymo prie aplinkos gerokai nuslopintas instinktyvus elgesys. Nors dabartinis žmogus sukaupė daugybę žinių, savo prigimtį iš dalies patiria skurdžiai.



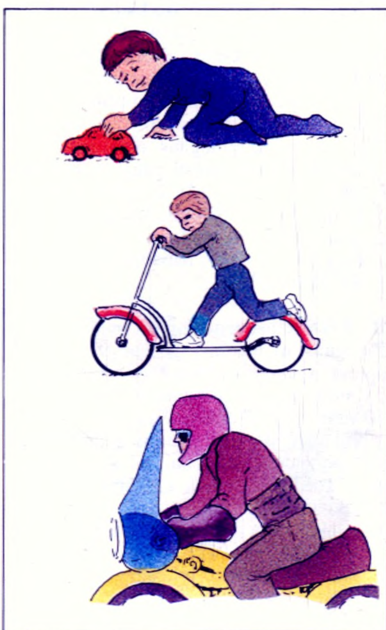
A Augimo teorijos



B Ugdymo teorijos



C Perversmo teorijos



D Saviugdos teorijos

Individuali raida (ontogenezė) yra kiekybinių ir kokybinių pokyčių bei fizinių ir psichinių funkcijų seka. Kad žmogus keičiasi nuo pat prasidėjimo iki mirties, yra savaime suprantama.

Tačiau *kaip* ir *kodėl* tai vyksta, nėra akivaizdu: reikalingi teoriniai svarstymai, apimantys raidos įvykius kaip visumą. Apie tai iki šiol nėra vieningos specialistų nuomonės. Vieni daugiau dėmesio kreipia į fizinius procesus, kiti, pvz., į tam tikram amžiui būdingus reikšmingus išgyvenimus. Taigi galima kalbėti apie skirtingas **raidos teorijas** (žemiau skirstomas į 4 grupes).

A Augimo teorijos

Šios teorijos raidą laiko vidinių impulsų veikiamu procesu, o kūno augimą – palengva besikaupiančiais pokyčiais (KRECH ir CRUTCHFIELD, 1985), t. y. slopstančiu telkimosi procesu.

Dar negimę kūdikiai, naujagimiai ir vaikai auga labai greitai, jaunuoliai lėčiau, suaugusiųjų augimas iš dalies sustoja, o seni žmonės vėl šiek tiek mažėja.

Kaip teigia šios teorijos, psichofizinė raida yra imanentiškai (iš vidaus) reguliuojamas procesas. Tačiau jis apibūdinamas keturiopai.

(A_1) Keletas teorijų šį procesą traktuoja kaip nuoseklų augimą ir nykimą, kuriuos galima vaizduoti *lanku*.

(A_2) Kiti, atsižvelgdami į ankstesnių raidos psichologų (O. KROH ir kt.) aprašytas fazes, augimą vaizduotų kaip *netolydžias pakopas*.

(A_3) Kai kurie teoretikai, pvz., A. GESELLIS, pateikia *spiralės modelį*, kuriame, kylant vis aukščiau, poreikis siekti tikslo išlieka toks pat (tolydus kryptingumas, WADDINGTON, 1971).

(A_4) Pagaliau remiamasi ir geštaltinės psichologijos, pvz., B. H. WERNERIO ir H. A. WITKINO *diferenciacijos modeliu*, pasak kurio, iš pradžių difuziškus psichinius procesus augant išmokstama skirti vis geriau.

B Ugdymo teorijos

Svarbiausia jų mintis ta, kad žmogaus raida – *akivaizdus* prisitaikymo prie socialinių ir kultūrinių įtakų pavyzdys.

Jau E. DURKHEIMAS (1893) kalbėjo apie „žmogaus prigimties suvisuomeninimą“.

(B_1) BALTESAS (1980) ir kt. nurodė, kad šią teoriją galima susieti su anksčiau minėta grupe – mat, žmogui gyvenant, jo vidinė raida slopsta.

(B_2) Iš pradžių formuojasi socialiniai įgūdžiai, juos įvaldžius, mėginama prisitaikyti prie kultūros.

(B_3) Jau 1930 m. WILLIAMAS STERNAS savo konvergencijos teorijoje pasiūlė jungtinį požiūrį: organizmą veikia tiek vidinės raidos (O), tiek išorinės aplinkos (A) sąlygos.

C Perversmo teorijos

Kai kurių teoretikų požiūriu, raidos procesą lemia žmogui būdingi trumpi dramatiški proveržiai (katastrofų teorija, COLEMAN, 1978). Čia vėl galima skirti 3 pogrupius.

(C_1) Kaip teigia (dar mažai pripažįstamas) ERNSTO HAECKELIO (1874) „biogenetinis dėsnis“, ontogenezė (individuali raida) yra tarsi filogenezės (rūšių kilmės istorijos) „pagreitinta evoliucija“; taigi embriono raida tarsi pakartoja giminės istorijos pokyčius (embriono akys dar tebėra šonuose, kaip vištos).

(C_2) Pasak šių teorijų, nauja struktūra, kaip ir nauja gyvačių oda, išsinėrus iš senosios, atsiranda, galima sakyti, spontaniškai, per „jautriąsias“ raidos fazes.

(C_3) Dažniausiai šiai 3 teorijų grupei atstovauja psichoanalizės paveikti raidos teoretikai. Persilaužimą (Edipo komplekso sprendimą) jie supranta kaip būtiną raidos postūmį, po kurio prasideda naujas etapas.

D Saviugdos teorijos

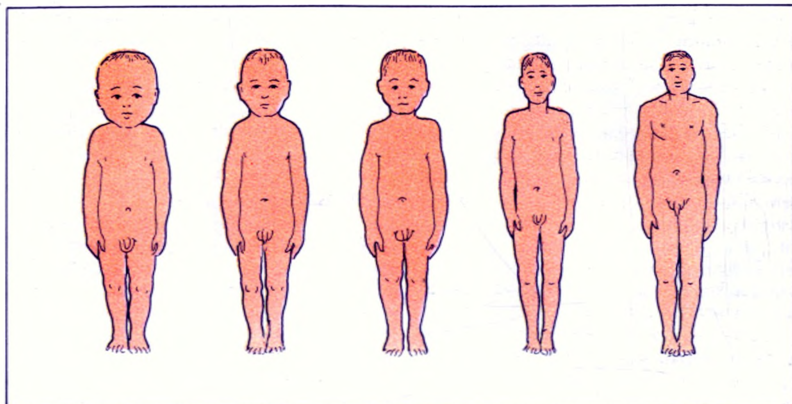
EDUARDAS SPRANGERIS (1924) paskatino atsirasti 4 teorijų grupę, teigiančią, kad vaikas ir jaunuolis gali irgi aktyviai veikti savo raidą.

E. H. ERIKSONAS ir R. J. HAVINGHURSTAS kalba apie aktyvų mėginimą įveikti atitinkamus raidos uždavinius; taigi naujesnė raidos psichologijos kryptis (BRIM ir KOGAN, 1980; PRIGOGINE, 1980; LERNER ir BUSCH-ROSSNAGEL, 1981) remiasi saviugdos polinkiu.

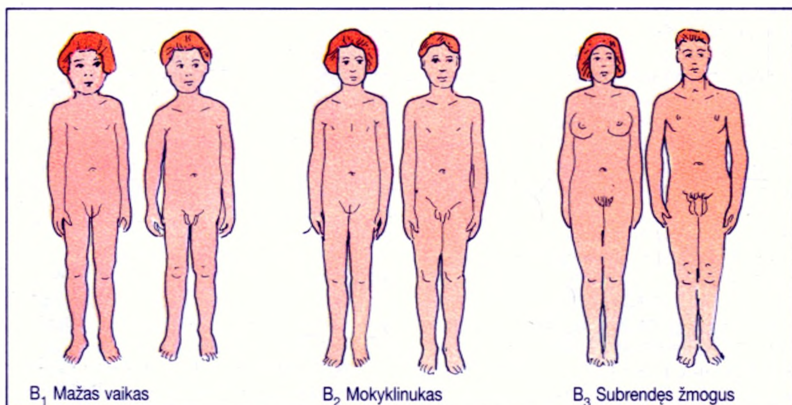
Žmogus laikomas savo ateities vairininku. Kintant su ateities planais susijusiems uždaviniams, jis turi suvokti didėjančią savo atsakomybę, ją prisiimti ir įvaldyti:

pvz., su amžiumi susiję užsiėmimai (pradedant žaisliniu automobiliu ir paspirtuku, baigiant motociklu), naujos fizinės ir dvasinės plotmės (sportas, mokslas, religija), nauji ryšiai (su savo kūnu, to paties amžiaus partneriais), pretendavimas į psichinę ir ekonominę nepriklausomybę.

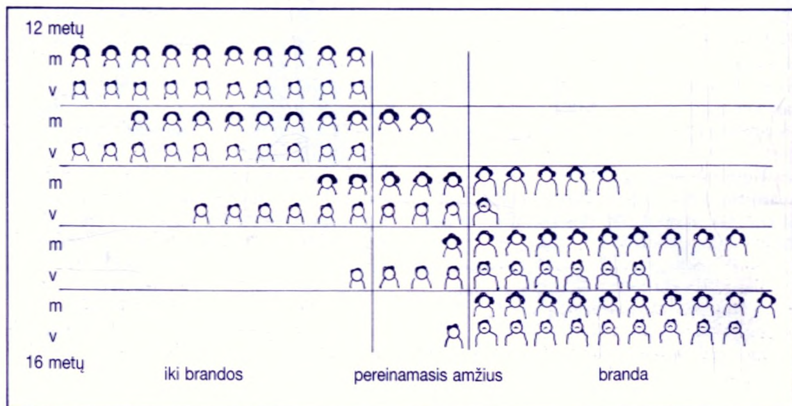
Savęs valdymas reiškia ir gebėjimą realiai įvertinti neišvengiamas kliūtis, trukdančias siekti tikslo.



A Proporcijų kitimas



B Išvaizdos kitimas



C Populiacijos raida

Žmogaus kūnas per gyvenimą keičiasi. Nors yra pagrindinė raidos linija (atspindinti dažniausiai pasitaikančią raidą), tačiau galimi ir platūs nuokrypiai. Nesutapimas su vidurine linija jokiu būdu nelaikomas „nenormalumu". Tokie nuokrypiai būdingi kiekvienam žmogui. Svarbu nepervertinti normų. Jos tik padeda orientuotis tyrinėjant daugybę **kūno pokyčių**. Žemiau pateiktos 3 ryškiausios požymių sritys.

A Proporcijų kitimas

Įvairios kūno dalys auga nevienodai. Be to, anatominiai kūno matmenys didėja skirtingai: galva, liemuo ir kojos įvairiais amžiaus tarpsniais ištįsta nevienodai. Kai kurios kūno dalys auga iš pradžių labai greitai, vėliau tempas sulėtėja, o kiti organai, priešingai, ima augti greičiau.

Labiausiai į akis krenta galvos, liemens ir kojų proporcijų pokyčiai. Pvz., tik gimusio kūdikio galva atitinka 25% viso kūno, suaugusio žmogaus – 12–14%.

B Išvaizdos kitimas

Antropometrijos tyrimais, naudojantis matavimo prietaisais (pvz., skriestuvu) bei lyginamaisiais prietaisais (pvz., spektrofotometru) ir patikrinus biologiškai bei statistiškai, apskaičiuojami vidurkiai arba tam tikrų žmonių grupių įvairūs rodikliai (pvz., galvos ilgis, plotis).

Žmogus auga ne tolygiai, o tam tikrais šuoliais: tuklumo periodai (C. H. STRATZ) kaitaliojasi su ištįsimo periodais (6–7 ir 12–15 metai); dėl to seniau buvo manoma, jog vyksta 1-asis ir 2-asis išvaizdos pokyčiai (W. ZELLER), kurie reiškiasi trejopai; šiandien tai laikoma sklandžiu keitimosi procesu.

(B_1) *Mažo vaiko* kūnas apvalus, trumpas. Didumu išsiskiria galva. Švelnią vidurinę ir mažą apatinę veido dalį nustelbia išgaubta kakta (*vaiko schema*). Viršutinė lūpa susiformavusi geriau už apatinę. Nosis vos susidariusi. Kaklas, palyginti su galva, neproporcingai trumpas. Liemuo platus ir dažniausiai tuklus. Šoniniai kontūrai lygiagretūs, pilvas išsikišęs, pečiai, priešingai, siauri. Aiškiai matyti, kad menkai susiformavę raumenys. Rankos ir kojos gana trumpos ir cilindriškos, sąnariai be aiškių kontūrų. Esminiai lyties skirtumai neišryškėję.

(B_2) *Mokyklinuko* kūnas jau kitoks, tiek apskritai, tiek atskiros kūno dalys: atrodo siauresnis, padidėjusi vidurinė ir apatinė veido dalis; platėjantys pečiai išryškina į apačią siaurėjantį siluetą; kaklas ilgesnis, juosmuo aiškesnis, rankos ir kojos, palyginti su liemeniu, atrodo per didelės, ryškūs sąnariai.

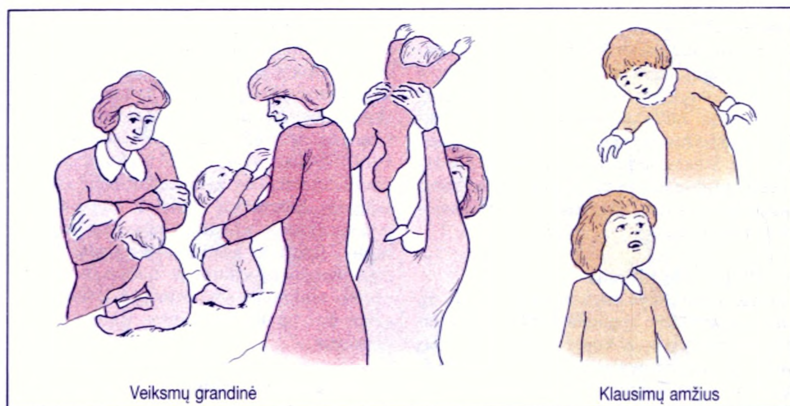
(B_3) *Subrendusių žmonių* lyčių skirtumai akivaizdūs. Lytinis brendimas (ankstyvoji, vidurinė ir vėlyvoji fazės, apimančios 10–16 metus) yra lytinių funkcijų formavimosi metas. Dėl žymių somatinių (nervų sistemos, sekrecijos liaukų ir kt.) pokyčių įvyksta lytinio brendimo sąlygotas augimo šuolis, smarkiai keičiantis išvaizdą. Išryškėja mergaičių krūtinė ir dubuo, berniukų pečiai. Galutinai susiformuoja lytiniai organai bei jų plaukuotumas. Kūnas atrodo tvirtesnis.

C Populiacijos raida

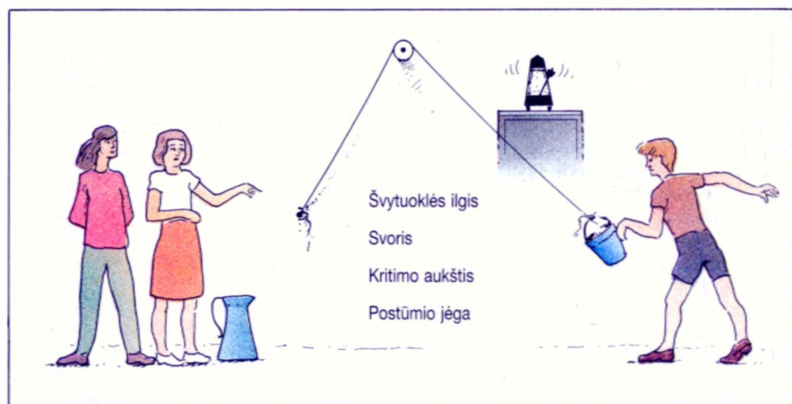
Apskritai augimo pokyčiai priklauso nuo populiacijos, aplinkos ir kultūros įtakų. Pvz., negrų ir baltųjų augimo ritmas skirtingas. „Populiacijos genetika" gvildena tokius grupinius skirtumus: pvz., pagal kraujo grupę ir rezus faktorių galima nustatyti populiacijos mechanizmus, didinančius atsparumą maliarijai, ir kokios grupės jai atsparios. Su tuo neatskiriamai susiję genetiniai (pvz., rasė) ir aplinkos (pvz., maitinimosi skirtumai) veiksniai. Beje, mėginama ištirti homozigotinių dvynių (vienoda genetinė medžiaga) ir heterozigotinių dvynių (skirtinga genetinė medžiaga) skirtumus ir, atsižvelgiant į tai, atsakyti, kas nulemta genų, o kas – aplinkos. Į šiuos klausimus kol kas aiškiai neatsakyta (išskyrus sirgimo tuberkulioze dažnumą).

Per paskutinius 100 metų gerokai pakito (skirtinguose kraštuose nevienodai stipriai) netgi toks akivaizdžiai vidinis somatinis procesas kaip *lyčių brendimo* pradžia (pav. C); seniau mergaičių (menstruacijų pradžia) ir berniukų (poliucijų pradžia) brendimo pradžia gerokai skyrėsi.

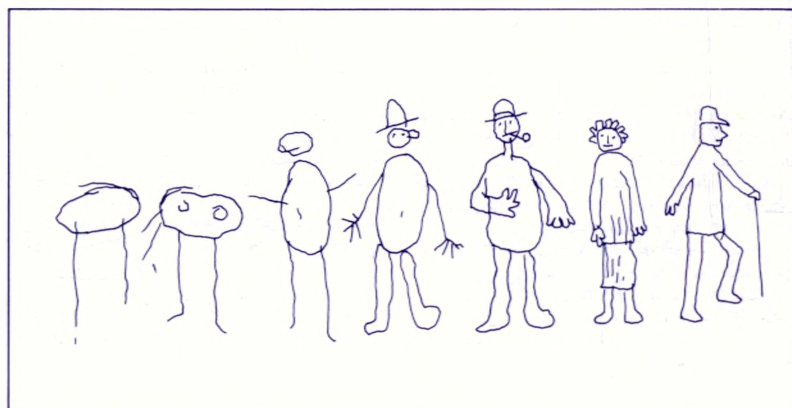
Amžius ir kūno branda nėra labai susiję dalykai. Industrinėms nacijoms nuo XIX a. būdinga akceleracija (greitesnis brendimas). Aštuntąjį dešimtmetį padėtis nusistovėjo. Afrikos valstybėse netgi pastebima deceleracija (vėlyva branda). To priežastys neaiškios, tikriausiai yra persipynę daugelis dalykų: skirtingos gyvenimo ir maitinimosi sąlygos, urbanizacija (daugėja miestų gyventojų), psichinio klimato pokyčiai, pakitusi socialinių sluoksnių struktūra, grįžtamasis kitų kūno pokyčių poveikis (pvz., treniravimosi ypatumai), vyraujanti emocinė atmosfera, klimato, rasės požymiai.



A Aktyvumo lygis



B Pusiausvyra



C Piešinių kaita

Minčių apie protinę raidą pirmieji pateikė poetai. SCHILLERIS 1780 m. pasiūlė tokią tobulėjimo sistemą:

„Nuolat kokį nors veiksmą kartodamas jaunuolis pamažu įgyja įgūdžių".

GOETHE rašė:

„Žmogaus gyvenimas susideda iš etapų, ir kiekvienam jų būdingos tam tikros dorybės ir klaidos, kurios tos epochos vertinamos kaip natūralios ir tam tikra prasme deramos. Kitame etape žmogus jau vėl kitoks".

Nuo pat šių ankstyvų užuomazgų **pažintinės raidos psichologija** tapo reikšminga psichologijos sritimi. Pažintinės raidos procesus suprasti padeda daugelis požymių, ypač svarbūs yra 3 žemiau aprašytieji.

A Aktyvumo lygis

Jau tik gimusių kūdikių aktyvumas nevienodas: skiriasi miego trukmė, judrumo lygis, reikalaujančio dėmesio verksmo ir riksmo pobūdis ir pan. Tėvai negali nereaguoti į šiuos reikalavimus. Su aktyvesniu vaiku jie privalo užsiimti daugiau, su ramesniu – daugiau ramybės.

Vaikas ne tik *patiria* santykį su aplinka, bet jį ir *kuria*.

Nelygu tėvų bei vaikų lūkesčių ribos, ši sąveika sąlygoja tam tikrus padarinius: vieni vaikai daugiau kurstomi, kiti daugiau verčiami būti ramūs. Taip išmokstamos „veiksmų grandinės", atskleidžiančios ne tik individualius, bet ir tam tikram amžiui tipiškus susikaupimo ypatumus.

Per vadinamąjį pirmąjį klausimų amžių (apie 2 metus) vaikas teiraujasi daiktų pavadinimų (klausimų „kas" amžius), antruoju laikotarpiu (apie 3 metus) klausinėja priežasčių (klausimų „kodėl" amžius).

B Pusiausvyra

Šia sąvoka JEANAS PIAGET apibūdina tolesnę sąveiką. Iš pradžių vaiko vaizdiniai (pasak PIAGET, schemos) paprasti. Tačiau aktyviai nagrinėdamas aplinkos duotybes, vaikas kuria sudėtingesnes schemas. PIAGET požiūriu, šis procesas yra ne nuoseklus, bet pakopinis: galima skirti tokias pakopas:

1) sensomotorinė, 2) ikisąvokinė, 3) intuityvaus informacijos apdorojimo, 4) konkrečių operacijų, 5) formalių operacijų.

Pasak PIAGET, svyruojame tarp dviejų organizmo *prisitaikymo prie aplinkos* (adaptacijos) formų.

Viena vertus, savo protu ieškome to, ką mąstymu galime „suvirškinti" (kaip ir maitindamiesi). Ši *asimiliacija* yra konservatyvus mąstymo principas: tiek vaikas, tiek suaugęs žmogus yra linkęs priimti tik tą pasaulio dalį, kurią jis sugeba suvokti remdamasis turimomis žiniomis.

Tačiau vien to nepakanka. Kai kurios naujos žinios prieštarauja seniems požiūriams.

Kadangi jų negalima ignoruoti, pradeda veikti *akomodacijos* principas. Taip „kuriamos sudėtingesnės formos, ir jos vis sėkmingiau pritaikomos prie aplinkos" (PIAGET).

Taigi ieškome ne kažko visiškai naujo, bet su jau turimu supratimu siekiame sujungti tuos beveik suprantamus, ties mūsų dabartinio supratimo riba esančius dalykus.

Pavyzdyje (pav. B) nagrinėjama, nuo ko priklauso, ar švytuoklė siūbuos greitai, ar lėtai (siūbavimo dažnis). Vaikai gali keisti 4 sąlygas (ir palyginimui naudotis metronomu tarsi apversta švytuokle): švytuoklės ilgį (traukiodami virvę per ritinį), svorį (pasemdami kibiru daugiau vandens), kritimo aukštį bei postūmio stiprumą (stebėdami).

Bandymas išryškina pažinimo stadijas nuo *empirinio* supratimo („tu turi kaip reikiant stumti!") iki *formalaus* supratimo („metronomas yra tarsi apversta švytuoklė!").

C Piešinių kaita

Brendimą galima pastebėti ir tada, kai tokie tikslūs sprendimai, kaip bandyme su švytuokle, neįmanomi. Savo keverzojimais vaikas ne „kuria" meną, bet susipažįsta su aplinka:

„Polinkis struktūrinti iš esmės yra siekis įvaldyti, savintis, t. y. ką nors padaryti savo dalimi" (G. MÜHLE, 1975[5]).

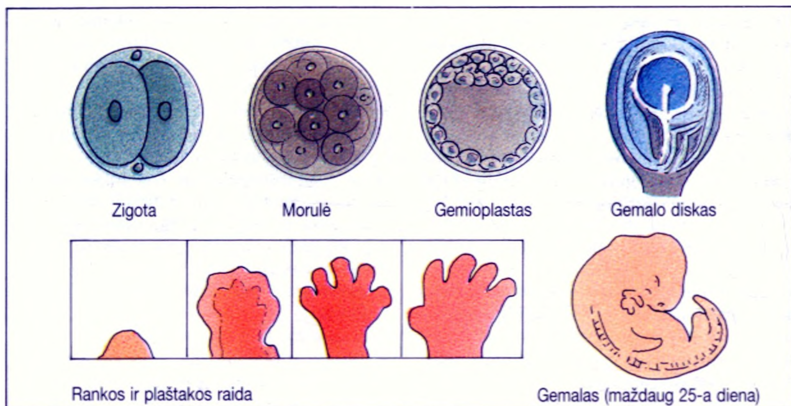
Iš piešinių, išdėstytų pagal amžių, matyti įspūdžio ir raiškos kaita (deja, daugeliui suaugusiųjų vėliau tai nutrūksta). Pateikta seka (pav. C) padeda atpažinti tris struktūrinimo stadijas:

organų vaizdavimo diferencijavimą, elementų komponavimą ir reikšmių suteikimą, pvz., elgesio (ėjimo) vaizdavimas.

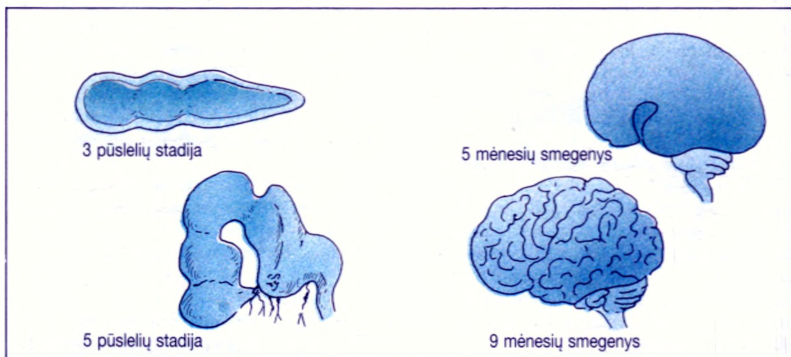
Bandymais nustatyti tipiškas vaikų piešinių stadijas yra sunku, nes labai skiriasi individualios sąlygos; svarbu sužadinanti situacija.

Pateikiama (pav. C) keletas tipiškų formų:

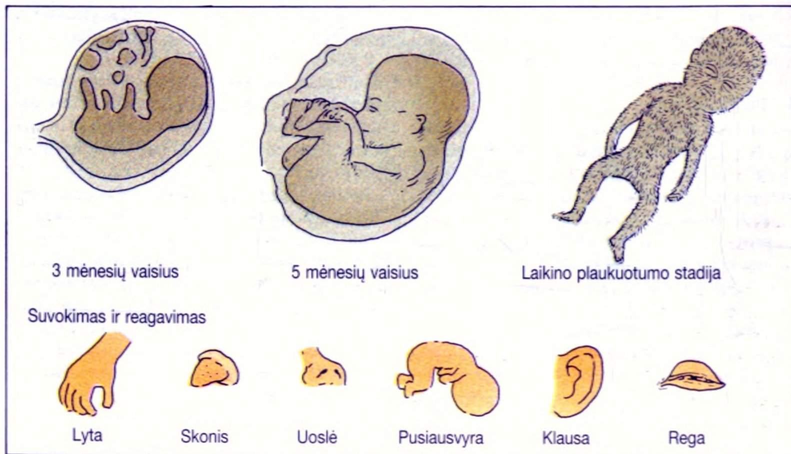
galvakojai, permatomi vaizdai, figūrų profiliai, taip pat pirmosios išbaigtos „judančios" figūros.



A Gemalo raida



B Smegenų raida



C Vaisiaus raida

Dar prieš keletą dešimtmečių negimęs vaikas buvo laikomas *tabula rasa* – neprirašytu lapu, t. y. niekuo psichologine prasme. Tuo tarpu naujos techninės priemonės, pvz., ultragarsinė technika, suteikė galimybę pažvelgti į gyvybės pulsavimą ir iš esmės pakeitė negimusio vaiko įsivaizdavimą. Gemalas ir vaisius – abi **prenatalinės raidos** pakopos – yra sudėtingos, jau žmogiškos reaguojančios būtybės.

A Gemalo raida

Gemalas yra ankstyviausia gyvybės stadija nuo pradėjimo iki 8 ar 11 savaičių (ekspertų duomenys dar nesutampa). Apvaisintas kiaušinėlis, zigota, veikiamas kontroliuojančių genų, dalijasi į 2 dukterines ląsteles (blastomeras). Maždaug po 3 dienų susiformuoja jau daug ląstelių turinti morulė. Nuo 4-tosios dienos ji prisipildo skysčio, kuris gemioplastinėje stadijoje atskiria dvi ląstelių sankaupas; iš vidinės susidaro gemalas.

Per vadinamąją gemalinio disko stadiją susiformuoja iš pradžių 2, paskui 3 ląstelių sluoksniai:

ektodermis (nervų sistemos, odos, plaukų, nagų ir kt. užuomazgos),

mezodermis (kaulų, raumenų, širdies, kraujo, inkstų, lytinių organų ir kt. užuomazgos),

endodermis (žarnyno, plaučių, tonzilių, liaukų, kepenų ir kt. užuomazgos).

Praėjus 28 dienoms nuo pradėjimo, ima vystytis rankos ir plaštakos: rankos „pumpurai" tampa delnais, formuojasi pirštai, rankos kaulai; 6 savaitės pabaigoje jau būna susiformavusi plaštaka, kuri gali būti judinama. Nuo 25-os dienos 3,4 mm dydžio gemalas jau turi visų organų užuomazgas.

B Smegenų raida

22-ą nėštumo dieną nervų vamzdelis, t. y. paprastas ląstelių sluoksnis, užsidaro ir skatina tolesnę smegenų, svarbiausio psichikos organo, raidą. *Trijų pūslelių stadijoje* susidaro priešakinės, vidurinės ir rombinės smegenys, šeštą savaitę, *penkių pūslelių stadijoje*, priešakinės smegenys jau būna susiformavusios į du didžiuosius smegenų pusrutulius, kurie savo vingiais paruošia kaukolėje erdvę tolesniam augimui.

Vaisiaus smegenys iš esmės baigia formuotis 5–9 mėn. Liaujasi ir ląstelių migravimas, kai greitai besidalijančios ląstelės palei savo skaidulas nusidriekusiais takais pereina iš vidinės zonos į išorinę ir iš išorinio molekulinio sluoksnio į vidinį. Pirmiausia atsiranda smegenų kamienas (taip evoliucionavo ir ankstyvieji ropliai). Tačiau *neuronų tinklai* dar netobuli. Aukštesnėse smegenų dalyse šios nervų atšakos formuojasi dar 3 metus.

C Vaisiaus raida

Nuo 9 ar 12 savaitės iki gimimo vaisius labai intensyviai vystosi – smarkiai didėja ir diferencijuojasi struktūra. Tai matyti iš kraujo cirkuliavimo mastų: tik susiformavus vaisiui – 30 litrų per dieną; gimstant – apie 350 litrų per dieną.

Įdomios įvairios stadijos, pvz., laikinas plaukuotumas (lanugas) prieš pat gimimą.

Psichologine prasme svarbiausi tokie klausimai:

Ką vaisius suvokia ir kaip geba reaguoti?

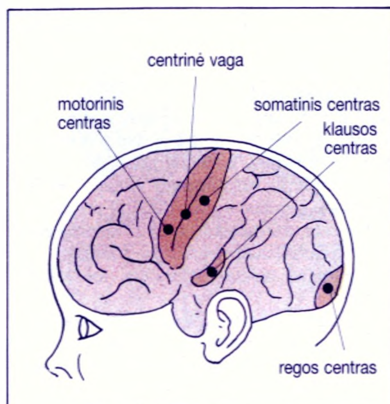
Tai rodo elektroniniai smegenų virpesiai (EEG), kuriuos galima pamatuoti nuo aštuntos savaitės. Dar negimęs kūdikis jau patiria psichinius išgyvenimus: iš pradžių tai tik atminty neišliekančios smagumo ir susirūpinimo užuominos. Tačiau tokios būsenos gali reikštis, taigi patyrimų pagrindas susiklosto jau prieš gimstant. Klaidinga tapatinti (kaip anksčiau) įgimtus ir genetiškai užprogramuotus dalykus. Jau motinos kūne vyksta daugiariopi išmokimo procesai. Vaikas treniruoja, kaip ir gimnastikuodamas, padėties bei laikysenos refleksus, vėliau juos įvaldo.

Jutimo organai formuojasi tam tikra eile (4), todėl iš pradžių atsiranda artimieji, vėliau – nuotoliniai pojūčiai:

lyta nuo 2-ojo, skonis – nuo 3-iojo, uoslė – nuo 5-ojo, klausia – nuo 6-ojo, rega – nuo 9-ojo mėnesio.

Pusiausvyros pojūtis formuojasi ilgai – nuo 2-ojo mėnesio; augantis vaikas išmoksta aktyviai siekti pusiausvyros kaip pagrindinio gyvenimo principo. Įvaldoma *savireguliacija*, padedanti sutrikusią pusiausvyrą *atstatyti* priešingais judesiais: remiantis šiuo fiziniu principu suvokiamas pagrindinis psichinis principas.

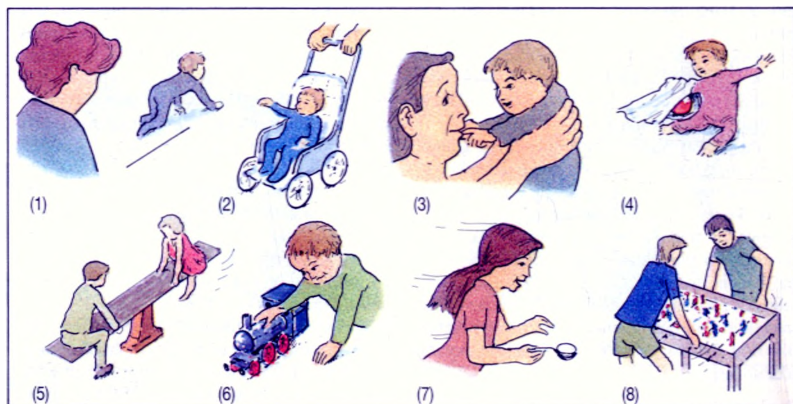
Motinos pasitenkinimą ar nepasitenkinimą, simpatiją ar antipatiją vaikas suvokia iš daugybės signalų ir reaguoja į juos netgi mimika. Stokos būsena gali būti kompensuojama, pvz., godžiai čiulpiant nykštį. Taigi vaikas drauge yra ir savavališkas, ir bejėgis – kaip ir visą gyvenimą. Kai kurie fiziniai nepritekliai, pvz., deguonies, ar psichiniai nepritekliai, pvz., motinos neapykanta dėl nėštumo, negali būti kompensuojami. Kita vertus, vaikas turi *išmokti* kaip nors reaguoti į rūpestingą dėmesį (pvz., į motinos prisilietimą prie kūno ar raminantį dainavimą), t. y. savo mimika pranešti, jog yra patenkintas. Ši empatijos (supratingo įsijautimo) ir reakcijos (apdorojimo ir atsako) kaita tampa vėlesnio sveiko bendravimo su aplinka pagrindu.



A Smegenų žievės raida



B Judėjimo raida



C Socialinė raida



D Dorovinė raida

„Vaikai yra viltis" (NOVALIS).
Stebėjimas, kaip vaikas auga, gali patvirtinti viltis, bet neretai ir išryškinti sunkius pavojus. Vaikų psichologija jau nuo XVIII a. bandė atskleisti dėsningą *vidinės* raidos seką, kad būtų galima nustatyti normalios ir nenormalios individualios raidos kriterijus. Nuo XIX a. buvo susitelkta į **vaikų raidos** tariamus „slaptus" gamtos dėsnius ir buvo teigiama, kad yra bendri raidos etapai, kuriuos turi pereiti kiekvienas.

Vienas iš pateikusiųjų stadijų teoriją (oralinė, analinė, genitalinė stadija) – S. FREUDAS.

XX a., atsižvelgiant į *išorinius* reikalavimus skirtingais amžiaus tarpsniais, buvo suformuluoti socialiniai raidos dėsniai: pvz., elgesys namie, vėliau – elgesio gatvėje įgūdžiai, prisitaikymas prie vaikų darželio, dar vėliau – prie mokyklos, profesiniai reikalavimai ir t. t. Jau kurį laiką mėginama sujungti *vidinius* ir *išorinius* dėsningumus, kad vietoj spekuliatyvių ir bendrai pripažįstamų stadijų, būtų daugiau gvildenamos raidos tendencijos, kildinamos iš *vidinės brandos* ir iš *išorinių situacijų*.

A Smegenų žievės raida
Smegenys susiformuoja ir iš dalies yra funkcionalios dar prieš gimstant. Gimusio vaiko smegenys bręsta toliau, žinoma, kiekviena sritis *skirtingu tempu* (pav. A.: tamsesnės sritys bręsta anksčiau, šviesesnės – vėliau).
Pirmiau subręstanti žievės zona yra motorinis (judėjimo) centras, antra – somatinis centras (gaunantis informaciją apie odą, raumenis, sausgysles ir sąnarius), trečia – regos centras ir ketvirta – klausos centras.

B Judėjimo raida
Nors *eiliškumas*, kuriuo vaikai pereina nuo vienos stadijos prie kitos, visiems yra tas pats, stadijų pradžia gerokai svyruoja.

Pav. B pateikta seka, nustatyta įvairiais tyrimais daugelyje šalių (ALDRICH ir NORVAL; EGGERS ir WAGNER; ZDAŃKA-BRINCKEN ir WOLAŃSKI).

C Socialinė raida
Socialinė raida dar labiau svyruoja, nes čia dar reikšmingesnė yra sužadinimo situacija, be to, kultūriniai auklėjimo skirtumai gali daryti įtaką pokyčiams kūdikystėje. Vaikas susiduria su daugybe reikalavimų.

1) *Ropinėjimo* amžiaus vaikas gali vis toliau atsitraukti nuo jį globojančio asmens.
2) *Pasyviai* tirti aplinką padeda pasivaikščiojimas vežimėlyje.
3) *Aktyvūs* tyrinėjimai prasideda nuo globojančio asmens veido.
4) Mėgstamas užsiėmimas yra slėpti ir *rasti*: vaikas džiūgauja radęs jo kairėje ar dešinėje po rankšluosčiu paslėptą kamuolį.

Pagrindinė vaiko veikla yra *žaidimas*. Kodėl vaikai žaidžia, domina mokslininkus nuo senų laikų. Šiandien ryškiausios 6 nuomonių grupės:

energijos perteklius (žaidžiant reiškiasi laisva energija), emocinė iškrova (panaikinamos įtampos), mokymasis (žaidžiant ruošiamasi tolesniems laimėjimams), protinė nauda (išbandomos galimybės), visuomenės poreikiai (išgyvenama ar išbandoma, kas yra visuomenė), vertybių siekis (galimybė pranokti save).

Žaidžiant suvokiama daug dalykų:
5) *judėjimo malonumas*,
6) *fantazija* (žaidimas su garvežiu),
7) *meistriškumas* (bėgimas su kiaušiniu),
8) *sėkmė ir nesėkmė* (varžybos).

D Dorovinė raida
Daugelis autorių (PIAGET, KOHLBERG, SCHENK-DANZINGER) kalba apie dorovinės raidos *pakopas*, tačiau yra nemažai žmonių, pvz., dėl aplinkos priežasčių per visą gyvenimą neperžengusių pradinių pakopų. Daugiapakopes sistemas galima redukuoti į 3 pagrindinius etapus.

(D_1) Ikimokyklinukas, kuriam būdingas dorovinis „realizmas", elgiasi atsižvelgdamas į bausmės ar draudimų mastą arba į apdovanojimo už trokštamą elgesį didumą.

Motina, pvz., sako: „Negalima kankinti gyvūnų" (*išorinis dorovingumas*).

(D_2) Vaikas jau jaučia kaltę, tačiau šis jausmas dar susijęs su troškimu išsaugoti suaugusiųjų palankumą:

Ir kai mamos nėra šalia, vaikas savęs klausia, ką ji apie tai pasakytų (*heteronominis dorovingumas*).

(D_3) Normos internalizuojamos, atsiranda individualūs sąžinės pagrindai:

„To aš niekada nepadaryčiau" (*autonominis dorovingumas*), pvz., kontroliuojamas (tramdomas) savo paties agresyvumas.

Įvairūs autoriai nurodo kylančių dorovinių konfliktų reikšmę: vertybių pliuralizmo sąlygoti konfliktai (tėvai–mokykla ir t. t.), ideologiniai prieštaravimai, dorovinių nesėkmių patirtis ir savęs vertinimo problemos prasidedant lytiniam brendimui.



A_1 Ūgio didėjimas



A_2 Lyties pripažinimas



A_3 Lyties vaidmens realizavimas

A Lytinis brendimas



B_1 Savivaizdis



B_2 Socialinė koncepcija

B Jaunystė



Gyvenimo stilius



Profesinis švietimasis



Orientacija į partnerį

C_1 Įsitvirtinimas gyvenime



Paaiškinimo poreikis



Dalyvavimas



Įprasminimas

C_2 Gyvenimo pilnatvė

C Gyvenimo gairės

Jaunystė yra revoliucinis gyvenimo tarpsnis. Per šį dešimtmetį paaugliai dėl emocinio nepastovumo išgyvena dideles permainas ir kryptingumo pokyčius. Tai, žinoma, yra tik vidurkio tendencija. Atskiras jaunuolis gali reaguoti ir visiškai kitaip: kai kuriais laikotarpiais tam tikros aplinkybės ar tendencijos gali būti išgyvenamos stipriau arba silpniau.

A Lytinis brendimas

Lytinis brendimas, nelygu šalis, rasė, aplinka, socialinis sluoksnis, prasideda skirtingu metu.

Apskritai pirmosios mėnesinės (menstruacijos) ir pirmieji sėklos išsiliejimai (poliucijos) pastaraisiais metais pradėjo reikštis kur kas anksčiau (seniau apie 17 m., dabar – 11 m.), bet skirtumas tarp lyčių išliko toks pat (mergaitėms – apie 10,5 m., berniukams – 12 m.).

Lytinis brendimas prasideda *ankstyvojoje paauglystėje*, kai vyksta hormoniniai pokyčiai, tačiau ūgis gana stabilus.

(A_1) Svarbiausia lytinio brendimo fazė – subrendimas reiškiasi šuolišku ūgio bei svorio padidėjimu (galimos ir „neharmoningos" tarpinės stadijos). Susiformuoja pirminiai ir antriniai lyties požymiai. Turi būti įsisąmonintos ir naujos lyties funkcijos.

(A_2) Atpažįstamas ir patvirtinamas lyties vaidmuo (*lyties pripažinimas*). Pripažinti lytį padeda tipiški puošimosi būdai.

(A_3) Kitas svarbus uždavinys yra lyties realizavimas, tai reiškiasi kaip glamonių bei kitokie (pvz., masturbacija) bandymai, pratinimasis užmegzti pirmą ryšį, iki suaugusiųjų lytinio bendravimo. Lyties realizavimą reguliuoja tiek asmeniniai bei socialiniai veiksniai, tiek atitinkami visuomeniniai santykiai.

B Jaunystė

Laikotarpis nuo vėlyvosios paauglystės iki suaugusiojo būties yra kūrimo fazė, kuriai būdinga daug pavojų. Svarbiausi uždaviniai susiję su viena kitą lemiančiomis *savivaizdžio* (B_1) ir *socialine koncepcijomis* (B_2).

Pradedančiam dailininkui autoportreto tapymas yra ne tik susidūrimas su mįslinguoju Aš, bet ir priemonė išsilaisvinti nuo per stiprių išorinių įtakų bei atrasti savo stilių.

Ne visų jaunuolių pastangos ieškoti savo stiliaus tokios intensyvios, bet reta, kad visai nepasireikštų. Bandymai būti savarankiškam paprastai reiškiasi kartu santykiuose. Bendraamžiai linkę rinktis atitinkamam amžiui tipišką bendravimo turinį. Būdinga *paslapčių saugojimas* vėlyvojoje paauglystėje bei *pasimatymai* vėlyvuoju jaunystės tarpsniu. Tai didžiausio atitolimo nuo šeimos metas.

Orientuojamasi paprastai į bendraamžių grupes, pavyzdines vadovaujančias grupes (politines, visuomenines, muzikos, mados).

Tokia kultūrinė jaunimo orientacija šiandien keičiasi kur kas greičiau negu seniau.

C Gyvenimo gairės

Savivaizdis ir socialinė koncepcija konkretinamos kuriant gyvenimo planus:

tai, ką norima pasiekti (tikslo planas) ir tai, ko norima išvengti (kontrastinis planas).

Čia ne tiek daug vadovaujamasi pagrindinėmis koncepcijomis; individualius sprendimus daug labiau veikia migloti pasiekiamų tikslų ir atsakomybės vaizdiniai.

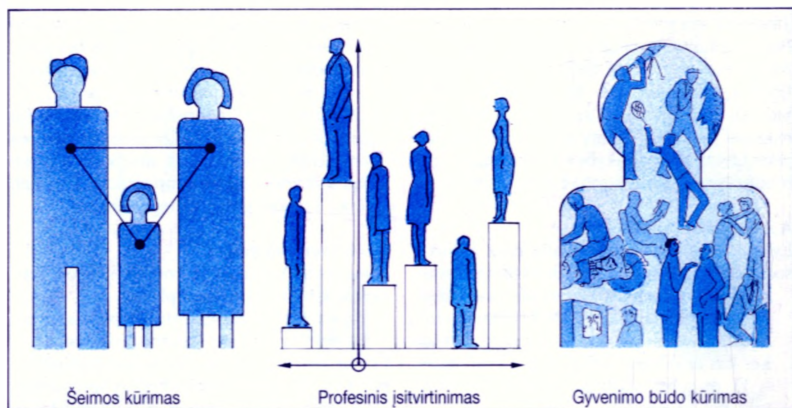
(C_1) Siektini *gyvenimo laimėjimai* apima *gyvenimo stilių* (pvz., savo kambario apipavidalinimas), *profesinį švietimąsi* (profesijos rinkimasis bei tolesnis jos puoselėjimas) ir *orientaciją į partnerį* (paieškos ir kitos lyties vaizdinių realizavimas). Dėl šių orientacijų jaunas žmogus gali jaustis tiek laisvesnis, tiek labiau suvaržytas.

Kuo jaunuolis mano esąs mažiau laisvas (pvz., neturi darbo, ribotai dalyvauja kokiose nors gyvenimo srityse, trukdo tėvai), tuo labiau betikslis gali jam atrodyti šių uždavinių sprendimas ir tuo smarkesnis protestas prieš oficialias visuomenės gyvenimo normas, t. y. senas institucijas.

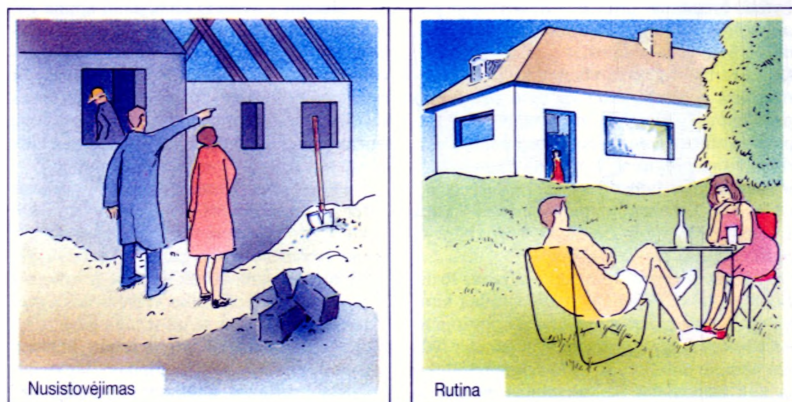
(C_2) Šie susidūrimai yra dvasinio antstato (*gyvenimo pilnatvės*) pagrindas. Išgyventi įspūdžiai, perimtos nuomonės ir patiriamas grįžtamasis ryšys su veikla yra prielaidos formuotis individualiai pasaulėžiūrai. Neretai ji radikaliai pabrėžiama, kol nėra susilpninta vėlesnių profesijos, šeimos, gyvenimo apribojimų. Jauni žmonės reikalauja *paaiškinimų*, kodėl didesni ar mažesni dalykai vyksta vienaip, o ne kitaip; jie laisviau negu suaugusieji *įsipareigoja* siekti ideologinių tikslų. Jauniems žmonėms lengviau vertinti gyvenimą kaip *prasmingą*, nes jų laukiantis dar ilgas gyvenimas atveria gana daug perspektyvų.

Perspektyvos neturėjimas sukelia skaudžius padarinius. Tai tampa jaunystėje paplitusių pavojų dingstimi (pvz., abejingumas viskam, alkoholizmas, narkomanija).

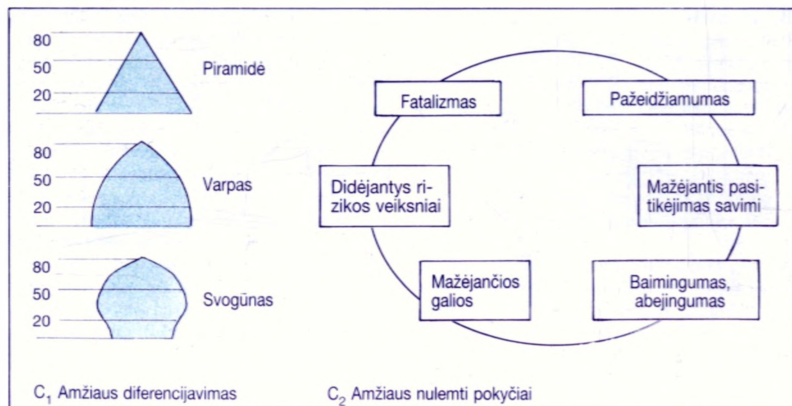
Įprasminti gyvenimą padeda aktyvios nuostatos, kurių prielaidos yra anksti nusistatyti tikslai ir aistringa saviugda.



A Pirmasis brandos laikotarpis



B Antrasis brandos laikotarpis



C Senatvė

Dar neseniai raidos psichologija žmogaus raidos tyrimus baigdavo jaunyste. Tačiau dabar, ypač Amerikos psichologija, kalba apie **viso gyvenimo procesą.** Brandos amžiuje labiau reiškiasi ne trumpalaikiai pokyčiai, bet latentinės (paslėptos) būsenos, kurias būtų galima vadinti tam tikram amžiui tipiškomis.

A Pirmasis brandos laikotarpis

Trečiąjį ir ketvirtąjį dešimtmetį, kai kuriami gyvenimo pagrindai, vyrauja kūrybinės nuostatos arba priešinimasis įprastiems lūkesčiams.

Tikėtina, kad iki tam tikros visuomenės iš anksto nustatytos amžiaus ribos žmogus susituoks, susilauks vaikų (vienose šalyse ši riba sutampa su jaunyste, kitose, pvz., Kinijoje, ji oficialiai perkelta į vyresnį amžių). Panašios amžiaus ribos galioja profesiniam įsitvirtinimui.

Vis mažėja atotrūkis tarp lyčių, nebeskiriama tipiška vyro darbinė veikla ir moters šeimininkavimas namuose bei vaidmenų pasiskirstymas auginant vaikus.

Gyvenimo konstravimas apima ne tik rūpinimąsi būstu, drabužiais ir kt., bet ir (daug stipriau nei anksčiau) laisvalaikio veiklą. Su šia sritimi susiję įvairūs sprendimai:

pasirinkimas pažįstamų ir draugų (pastarieji vėliau gyvenime pasirenkami iš naujo), atostogavimo būdo, vakarojimo (knyga, televizorius ir kt.), pomėgių, savaitgalio užsiėmimų, taip pat kokiuose visuomeniniuose įvykiuose bei pasaulėžiūrinių draugijų renginiuose dalyvaujama ir kt.

šeimos kūrimas, profesinis įsitvirtinimas bei *gyvenimo konstravimas* – tai 3 grupės, apibūdinančios gyvenimo būdą, kuriuo žmonės labai skiriasi vieni nuo kitų.

B Antrasis brandos laikotarpis

Dviem tolesniems gyvenimo dešimtmečiams būdinga gyvenimo būdo nusistovėjimas, retrospektyvinis gyvenimo peržiūrėjimas, įveikimas palaipsniui prasidedančios rutinos bei iš to kylančio nuobodulio. Čia slypi *konsolidacijos* ir *rutinos* konfliktai:

viena vertus, mėginama savo gyvenimą ilgam apsaugoti, kita vertus, dėl to jis tampa nykus ir nuobodus (WHITBOURNE, 1982).

Profesija, partnerystė, laisvalaikio veikla, kai prie jų pripranta, praranda patrauklumą, jei nėra nuolat sustiprinamos. Daugeliui prasmingi pokyčiai atrodo neįmanomi. Bėgdami (pvz., keisdami profesiją ar nutraukdami santuoką) jie bando pradėti viską iš naujo, tačiau galų gale vėl (ir daug greičiau) susiduria su rutina.

Todėl nemažai psichoterapeutų (C. G. JUNG, V. E. FRANKL ir kt.), žinojusių apie šią būseną dar kol nebuvo vartojama *gyvenimo vidurio krizės* sąvoka, skatina gyvenimo viduryje dvasinį pakilimą.

C Senatvė

Pramoninėse šalyse sąvoka „amžiaus piramidė" (kurios platus pagrindas atspindi jaunų, siaura viršūnė – pagyvenusių žmonių skaičių) yra pasenusi; tačiau ji vartojama ir toliau, t. y. skirstant žmones pagal amžių (C_1), bet ima vyrauti ne varpo, o svogūno pavidalo struktūra. Iš to matyti, kad santykis dramatiškai keičiasi – sąlygiškai daugėja senų žmonių. Todėl jų amžiui būdingos būsenos jau nėra tik individo likimas.

Senėjimo proceso tyrinėtojai (THOMAE, LEHR, BRÜSCHKE, BALTES) pabrėžia 3 pokyčių sritis.

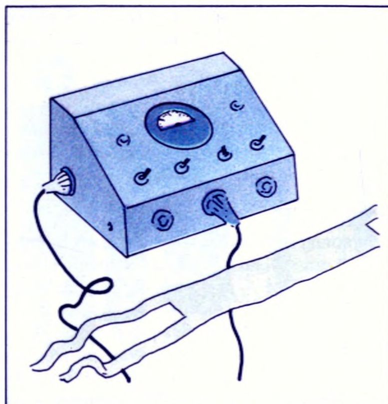
Menkėjimas: odos, raumenų, jutimo ir kitų organų, kartais ir proto nykimas.

Šiandien pripažįstama didelė proto treniravimo reikšmė. Gyvesnis protas su didėjančiu žinių ir patyrimo bagažu tvarkosi beveik taip pat sėkmingai kaip ir seniau.

Sąstingis: didėjantis seno žmogaus nelankstumas. Pokyčiai išgyvenami kaip nemalonūs, netgi nepriimtini. Nuolat grįžtama prie įprasto elgesio, nepaisoma, jog dabar tai nedera.

Pareigų mažėjimas yra svarbiausias, tačiau ir lengviausiai paveikus senėjimo požymis. Čia svarbiausias sindromas yra šeimos praradimas, dažnai tai yra neišvengiamų psichikos senėjimo padarinių dingstis. Kitos priežastys – mažėjantis vaidmenų spektras, lėtas pasitraukimas iš veiklos, noro varžytis praradimas ir su senėjimu susiję reikalavimai (seniems žmonėms negalima to daryti, nors iš tikrųjų jie dar sugebėtų). Tai kuria negatyvų uždarą ratą: padidėjęs fizinis pažeidžiamumas, sumažėjęs pasitikėjimas savimi, baimingumas arba abejingumas, mąžtančios galios, padidėję rizikos veiksniai, fatalizmas, vėl padidėjęs pažeidžiamumas ir t. t. Nutraukti šį velnio ratą (tam tikroje galimoje vietoje) yra ne tik senų žmonių, bet ir greta esančiųjų bei visuomenės uždavinys:

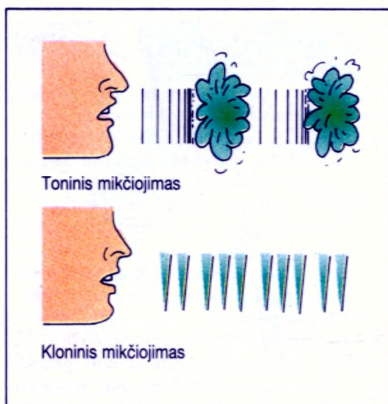
„Savo senėjimą atpažinti padeda bendraamžiai" (BAUER ir kt., 1980[3]), „Senėjimo procesas yra įvairialypis ir keistinas, todėl yra ir galimybė jį pertvarkyti" (BALTES ir DANISH, 1979).



A Enurezė



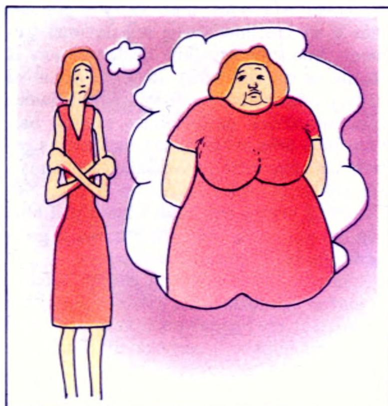
B Prisitaikymo sutrikimai



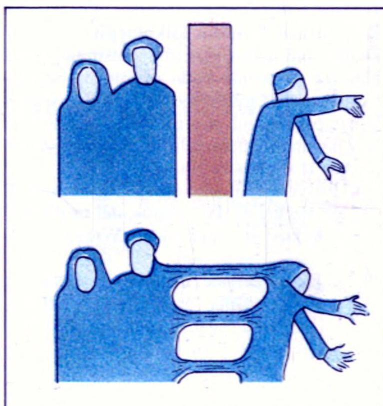
C Kalbos sutrikimai

vietoj ant/tna 1	vietoj turi/tri 2
vietoj trys/trays 3	vietoj eiti/okti 4
vietoj palengvinti/lengsti 5	vietoj g – k d – t b – p 6

D Legastenija



E Nervinė anoreksija



F Kaitos konfliktai

Žmogaus raida yra sudėtingas procesas, todėl galimi įvairiopi **sutrikimai** – nuo nagų kramtymo iki poriomanijos (pabėgimo iš namų), nuo nakties baimės iki mokyklos fobijos, nuo psichogeninio vėmimo iki amžiui tipiškų kalbos sutrikimų. Tokią sutrikimų daugybę sunku struktūrinti. Iki šiol juos mėginta klasifikuoti 3 požiūriais.

Statistiniu požiūriu vaikas vadinamas sutrikusiu (SHEPHERD, OPPENHEIM, MITCHELL), kai neatitinka bent 4 elgesio normų, t. y. kai svarbiose gyvenimo srityse elgiasi neįprastai (kitaip negu 90 proc. vaikų).

Tipologiniu požiūriu sudaromos „intensyvaus patyrimo" grupės (WERNER) nuo nebrandžios (pueriliškas tipas) iki vienpusiškos (monotendencinis tipas) raidos.

Chronologinis požiūris pagrįstas daugiausia psichoanalitine neurozių teorija (V. VIEBAHN): oralinės, analinės ir genitalinės stadijų sutrikimai. Pateikiami dažniausieji.

A Enurezė

Be išmatų nelaikymo (enkoprezės), sutrikimas (defakacija) yra ir šlapimo nelaikymas (enurezė). Tačiau apie enurezę galima kalbėti tik maždaug nuo trečiųjų metų.

Pastaruoju metu elgesio terapija (plg. XIX, 5) naudoja elektroninius aparatus, kurie pradėjusį šlapintis vaiką aliarmo signalu pažadina ir sutrukdo šlapintis į lovą.

B Prisitaikymo sutrikimai

Vaikui sunku žodžiais išreikšti savo norus, todėl jis naudojasi nežodiniais signalais (pvz., „ožiuojasi"), kurie savo ruožtu sukelia tėvų, neįvertinančių vaiko kalbos skurdumo, pasipriešinimą. Daugelis drausmės sunkumų atitinka šią schemą ir vėliau gali virsti elgesio sutrikimais. Sunkiausias prisitaikymo sutrikimas yra vaikų autizmas, sutrikdyti socialiniai ryšiai: vaikas nesidomi kitais žmonėmis ir baikščiai reaguoja į kiekvieną aplinkos pokytį.

C Kalbos sutrikimai

Dažniausias vaikų kalbos sutrikimas yra mikčiojimas (mikčiojančių berniukų ir mergaičių santykis – 4:1), t. y. kalbos tėkmės sutrikimas.

Skiriamas *toninis* mikčiojimas (atskiri garsai, skiemenys, žodžiai blokuojami, paskui prasprogsta) ir *kloninis* mikčiojimas (trūkčiojančiu balsu kartojamos atskiros frazės).

Kalbos sutrikimai daro ir kitą žalą: skardus alsavimas, grimasos, nepasitikėjimas savimi, socialinė izoliacija.

Mikčiojimas gali būti persipynęs su kitais kalbos sutrikimais, pvz., su lemenimu (garsų praleidimas, klaidingas skiemenų jungimas).

D Legastenija

Tai daugiau ar mažiau izoliuotas skaitymo ir rašymo sutrikimas, dažnai pasireiškiantis:

raidžių perstatymu (1), praleidimu (2), prijungimu (3), žodžių pakeitimu (4), struktūros suirimu (5) ir priebalsių painiojimu (6).

Skaitymas spėliojant trukdo išmokti.

Legastenijos priežastys dar nenustatytos. Greičiausiai tai susiję su:

kalbos gebėjimus užtikrinančio abiejų smegenų pusrutulių poliariškumo sutrikimais, jų sukeltais sunkumais skirti žodžių vaizdus, nepakankama žodžių vaizdų atmintimi (silpnas jų kaupimas), „raidiškumu" (klaidingu kalbos elementų signalų išplėtimu į panašias frazės dalis).

E Nervinė anoreksija

Liguistas potraukis lieknėti paauglystėje būdingesnis mergaitėms (10:1).

Liguistai trokštantieji sulieséti mano, kad maitinasi normaliai, nejaučia alkio, paniškai bijo sustorėti, griebiasi vis naujų strategijų, pvz., riboja miegą arba persitempia fiziškai (maniškai sportuoja), stengiasi dar labiau kontroliuoti savo svorį ir tuo didžiuojasi.

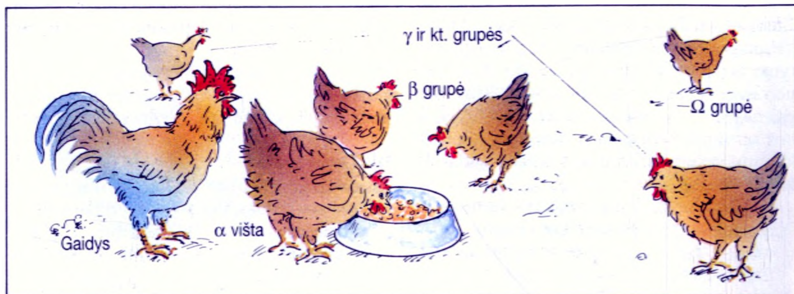
Dėl to ne tik pavojingai sublogstama, bet ir nutrūksta mėnesinės. Spėjama, jog taip atsitinka dėl to, kad nepriimamas savo lyties vaidmuo.

F Kaitos konfliktai

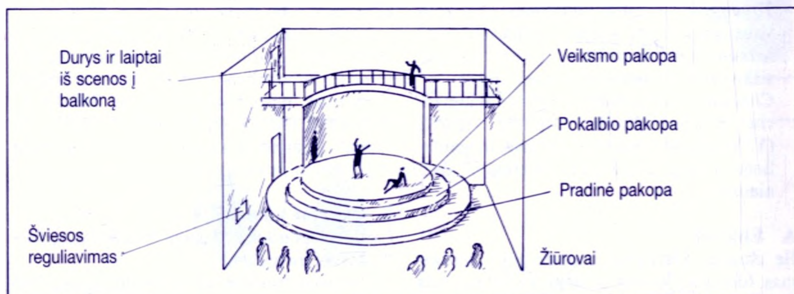
Prieraišumas ir atsiskyrimas yra socialinio gyvenimo santykių tendencijos. Problema yra atsiskirti nuo tėvų visiškai neprarandant ryšio su jais. Čia reiškiasi dvejopi sutrikimai:

visiškai išsiskiriama su tėvais ir jų karta arba nesugebama išsilaisvinti.

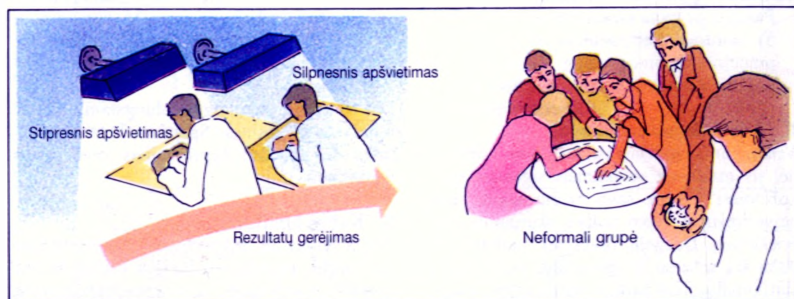
Įvairūs autoriai (CHANDLER, 1978; ELKIND, 1978 ir kt.) parodė, kad ši perversmo situacija (visų gyvenimo ryšių pertvarkymas) reiškia ir kognityvinį atsinaujinimą. Imamasi naujos, anksčiau nepatirtos atsakomybės. Tai, kad dabartiniai kaitos konfliktai yra dažni, gali sąlygoti neretai per ilgai užtrukęs moratoriumas (mokymosi laikotarpis iki profesinio darbo pradžios), nes jau subrendęs žmogus ekonomiškai dar nėra savarankiškas.



A Schjelderup-Ebbe



B Moreno



C Mayo



D Lewin

SIGMUNDAS FREUDAS 1921 m. rašė:

„Jeigu psichologija, tirianti atskiro žmogaus polinkius, potraukius, motyvus, ketinimus ir veiksmus bei santykius su artimaisiais, visiškai išspręstų šiuos uždavinius ir paaiškintų visus ryšius, jai staiga iškiltų naujas neišspręstas uždavinys: tektų paaiškinti stebinantį dalyką, kad šis jau suprastas individas, esant tam tikrai sąlygai, jaučia, mąsto ir veikia visai kitaip negu tikėtasi, ir ši sąlyga yra priklausymas žmonių miniai".

Nors individo psichologija tiriama jau pustrečio tūkstančio metų, FREUDO išvada, jog reikalinga **socialinė psichologija**, subrendo tik trečiąjį XX a. dešimtmetį. Žinoma, jau iki tol buvo „socialinių psichologų" (W. MCDOUGALLAS 1908 m. parašė „Socialinės psichologijos įvadą", kurį grindė „bendruomeniniu instinktu"), tačiau minios psichologijos, kaip ji suprantama šiandien, tada dar nebuvo.

A Schjelderup-Ebbe

THEODORAS SCHJELDERUPAS-EBBE 1922 m. paskelbė vieno norvegų ūkininko sodyboje padarytą atradimą.

Vištos *ne atsitiktinai* veja viena kitą nuo lesalo, bet pagal kapojimo hierarchiją, kuri nesikeičia ilgą laiką. Jai susiformuoti svarbu ne tik fizinė jėga, bet ir išvaizda, sveikata, geri ryšiai su gaidžiu ir kt.

Aukšto rango višta (α arba β grupė), kuri gali kapoti kitas vištas ir pati nebūti jų kapojama, pvz., gali pralaimėti gana žemo rango vištai (γ arba δ grupė). Todėl svarbu ne kapojimosi linijos, bet *kapojimosi trikampiai.*

Būna žemesnio rango sąjungininkių, kurios drauge pavergia daug stipresnę vištą. Aukšto rango vištos kapojasi švelniau nei žemo rango.

Tai buvo pastebėta ir kitų rūšių gyvūnų bendruomenėse. Galų gale tie patys dalykai nustatyti, nors kitaip ir sudėtingiau, ir tarp žmonių.

B Moreno

Nieko nežinodamas apie minėtus dėsningumus, JAV psichiatras JACOVAS LEVI MORENO 1924 m. aprašė Vienos improvizacinį teatrą („visų teatrą su visais"). Jis sukūrė grupinius žaidimus, kurių vidinį procesą naudojo psichoterapijai. Beakone, prie Niujorko, jis įrengė sceną psichodramoms, kuriose dalyvaudavo klientai kaip aktoriai protagonistai, asistentai ir žiūrovai. Norėdamas tiksliai užfiksuoti šį grupinį procesą, jis sukūrė sociogramą (žr. XIV, 2).

C Mayo

ELTONAS MAYO Vakarų elektros kompanijai priklausančiose Hawthorno įmonėse 1927 m. vadovavo keletui eksperimentų, trukusių apie 12 metų.

Per pirmuosius bandymus buvo išmatuotas šviesos poveikis darbo produktyvumui. Kaip ir tikėtasi, pagerinus apšvietimą, jis padidėjo.

Tačiau vėliau, pabloginus apšvietimą, produktyvumas taip pat padidėjo.

Iš šitos painiavos tyrinėtojai išsipinkliojo tik pripažinę *neformalių grupių* reikšmę. Mat geresni rezultatai gauti ne pakeitus apšvietimą, bet sudarius draugiškas grupes ir atsiradus naujai tiriamajai grupei. Šie moksliniai atradimai padarė perversmą socialinėje psichologijoje: tai buvo *grupių psichologijos* pradžia.

D Lewin

KURTAS LEWINAS XX a. trečiojo dešimtmečio viduryje su darbo grupe tyrė įvairių vadovavimo būdų poveikį grupės atmosferai.

Diktatoriškas vadovas nutolo nuo grupės, dėl to įsivyravo įtampa, smuko darbo moralė ir įsigalėjo tendencija dėl nesusipratimų kaltinti „atpirkimo ožį".

Demokratinio būdo grupėje susidarė intensyvaus darbo pogrupiai, laisva ir konstruktyvi atmosfera. Netrukus atsirado bendruomeniškumo jausmas.

Nesikišimo, abejinga grupė susidarė atsitiktinai, nes grupės vadovas netiko jai vadovauti. Šios grupės nariai be paliovos plepėjo ir net nepradėjo dirbti.

Šiuo tyrimu buvo atskleista socialinei psichologijai svarbi darbo sritis, kurią LEWINAS vadino *grupės dinamika*. Vėliau ji virto praktinio darbo sritimi (žr. XIV, 9). Pramonės įmonėse, mokyklose, valdžios įstaigose, kaip tiriamosiose grupėse, buvo patikrinti demokratinių (kantrių) vadovavimo formų privalumai arba net jų išmokyta. Grupės dinamika, kaip jautrumo treniravimo forma, tapo ir psichoterapijos dalimi.

Šie autoriai yra pirmtakai šiuolaikinės socialinės psichologijos, kuri vėliau buvo plėtojama 2 kryptimis: viena vertus, buvo plėtojamos bendrosios (pvz., interakcionizmo, žr. X, 1) teorijos, įgijusios ir socialinės psichologijos reikšmę; kita vertus, vis plačiau buvo tiriamos atskiros socialinės psichologijos temos.



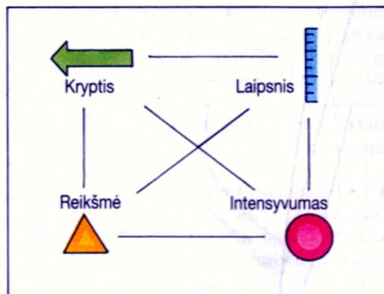
A Situacijos analizė



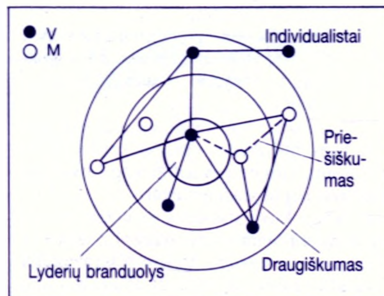
B Turinio analizė



C Stebėjimas



D Požiūrių matavimas



E Sociometrija



F Tyrimas



G_1 Laboratorinis eksperimentas



G_2 Eksperimentas natūraliomis sąlygomis

G Eksperimentai

Vėlyvą socialinės psichologijos raidą sąlygojo ir tinkamų metodų stoka; šiandien, priešingai, yra daugybė **metodų.**

A Situacijos analizė

Pažintine prasme sąvoka „situacija" nusako svarbiausią visų socialinių aplinkybių sąlygą:

jos reiškiasi kaip *bendroji situacija*, t. y. kaip įvairiausių poveikių sistema.

Situacijos analizę kaip *darbo analizę* labiausiai išpuoselėjo darbo psichologija (žr. XX, 1). Darbo analizė apibūdina darbo situaciją, susidedančią iš daugybės aspektų, kuriuos galima tirti žemiau aprašytais metodais. Supaprastintai analizuojant bendrąją socialinę situaciją, išskiriamos 8 sritys:

aplinka, veikla, priemonės, dalyvavimas, reikalavimas, krūvis, tikslai ir nauda.

B Turinio analizė

Socialiniai santykiai apima daugybę santykio elementų; kai kurie iš jų yra labai aiškios santykių kokybės *nuorodos*.

Pvz., grupės narių pasisakymų dažnumas gali būti neformalaus rango kriterijus.

Turinio analizė (ir *vertybių analizė* tiriant kokybiškai) gali tai nagrinėti statistiškai. Taip socialinių įvykių išdavos gali būti apskaičiuojamos (ir įvertinamos arba tvarkomos toliau) statistiškai.

Turinio analizė tikrai naudinga tik tada, kai pakanka kontrolinių ir lyginamųjų duomenų.

C Stebėjimas

Siekdamas susisteminti rezultatų stebėjimą, R. F. BALESAS (1950) tyrimams naudojo *kategorizavimo schemą*, kuri vėliau pravertė daugeliui kitų tyrimų. Stebėjimo protokolai nurodo 12 kategorijų:

tarp jų dalyvavimo aktyvumas, kitų tausojimas, žodiniai komentarai, pakartotinių klausimų skaičius, įtempta arba laisva nuotaika, indėlis į problemų sprendimą.

D Požiūrių matavimas

Požiūriams įvertinti naudojamos reakcijų bei nuomonių *kvantifikavimo* skalės dažniausiai skirstomos pagal 4 matmenis:

kryptį (tikslų, uždavinių numatymą),
laipsnį (skirstymą pagal pakopų sistemą),
intensyvumą (tam tikrą įsitraukimo lygį),
reikšmę (subjektyvų įsitvirtinimą).

E Sociometrija

Norint geriau ištirti socialines struktūras bei jų raidą naudojami schemiški piešiniai, vadinamosios *sociogramos* (MORENO). Jas sudaro:

vyriškos ir moteriškos lyties dalyvius žymintys ženklai (taškas, apskritimas), draugiškumo ir priešiškumo ženklai (punktyrinės arba ištisos linijos), vadovavimo lygis (nuo lyderių iki individualistų).

F Tyrimas

Tai įvairiopa apklausa. Kartais svarbiau *klausėjas* (interviu naudojantis išankstinį klausimyną), kartais *klausiamasis* (laisva diskusija).

Dažniausiai atsakymus bandoma standartizuoti: interviu – klausimynais, diskusiją – papildomais klausimais.

Svarbi problema – atsakymų objektyvumas. Jų *patikimumas* turi garantuoti, kad atsakymai nėra atsitiktiniai, t. y. nepriklauso nuo vietos ir laiko. *Validumas* rodo, kiek atsakymai atitinka realias nuomones.

G Eksperimentai

Išsaugoti socialinių teorijų moksliškumą įmanoma tik eksperimentais. Galima skirti 2 jų grupes.

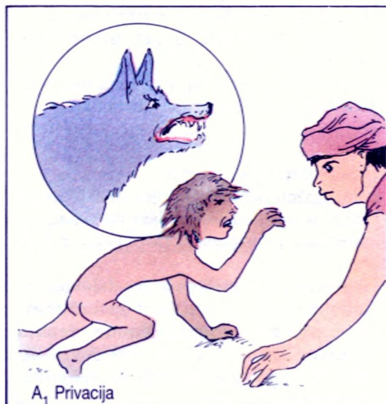
(G_1) *Laboratoriniai eksperimentai* griežtai kontroliuoja tyrimo sąlygas, tačiau daugelis užmaskuotų procesų nepaaiškėja.

Pvz., įtaigos eksperimentai atliekami izoliuotose patalpose. Jų tikslas – studijuoti įtaigos įtaką tiriamiesiems.

(G_2) *Eksperimentų natūraliomis sąlygomis* tyrimo situacijos, priešingai, yra atviros.

Daugelis šalutinių trukdančių kintamųjų gali veikti rezultatus. Šių eksperimentų rezultatai turi būti interpretuojami daug atsargiau.

Tačiau jei pasiseka eksperimentiškai patikimus panašius duomenis gauti ir daugeliu kitų atvejų, rezultatas būna naudingesnis nei taikant kitus metodus.



A_1 Privacija

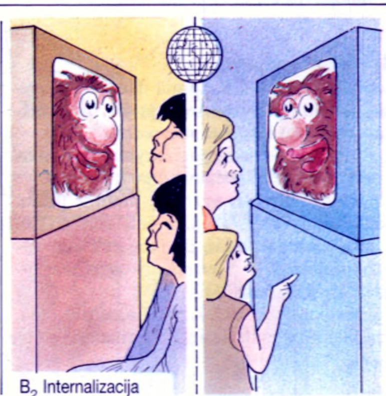


A_2 Pripratimas

A Socialinis ugdymas



B_1 Sąveika



B_2 Internalizacija

B Socialinis mokymasis



C_1 Visuomenės apsauga



C_2 Prisitaikėliškumas

C Socialinė kontrolė

Anksčiau **socializacija** buvo apibrėžiama kaip „žmogaus prigimties suvisuomeninimas" (DURKHEIM, 1893). Šiandien ji laikoma ne vien pasyviu reiškiniu.

Jau vaikas yra „savo ateities kūrėjas" (DOUVAN, ADELSON, 1966; PRIGOGINE, 1980).

Socializacijos reikšmė neginčijama. Svarbiausi socializacijos dalykai yra *paskatos* (žr. VIII) ir *bendravimas* (žr. X).

A Socialinis ugdymas

Abi *socialinio ugdymo* (elgesio teorijos vartoja angl. terminą *shaping*) puses paaiškina du įspūdingi pavyzdžiai.

Privacija (pasitraukimas iš visuomenės), kitos sąvokos yra socialinis pripratimas, nukultūrinimas; priešinga sąvoka *deprivacija* (grąžinimas į visuomenę).

(A_1) Konsultantas indas SINGHAS XX a. penktojo dešimtmečio pabaigoje papasakojo apie maždaug 8 metų mergaitę Kamalą, užaugusią su vilkais. Ji galėjo tik urgzti ir klykauti, bėgiojo keturiomis, valgė nuo grindų, tačiau lakstė taip greitai, kad galėjo sugauti laukinį triušį, kurį čia pat žalią ir valgė.

(A_2) 1919 m. viena klinikoje gulinti gimdyvė pastebėjo, jog jos 2 dienų kūdikio burna kitokia ir pamanė, kad kūdikiai sukeisti. Aptarnaujantis personalas įrodė, jog tai neįmanoma. Vėliau, po 12 metų, atsiradus geresniems biologinių tyrimų metodams, buvo patvirtinta, kad kūdikiai sukeisti. Pagal įstatymą vaikai turėjo būti atkeisti. Tėvų abipusiu susitarimu tai nebuvo padaryta: tiek abeji tėvai, tiek abu vaikai abipusį susigyvenimą traktavo kaip stipresnį ryšį nei kraujo giminystė.

Sąvoka *habitualizacija, pripratimas* (įpročio formavimasis) apima reikšmingus socialinių įpročių padarinius (šiuo atveju šeimos ir teisingumo teorijas).

B Socialinis mokymasis

Viena mokymosi teorijų grupė ypač pabrėžia mokymąsi iš kitų. PAVLOVAS tai vadina mokymusi kompleksinio dirginimo principu, kiti – mokymusi panašaujant (FLANDERS ir kt.), tapatinimusi (MILTON ir kt.), mokymusi pagal modelį arba mokymusi pavaduojant (BANDURA); dažniausiai minimas ROTTERIO (1965) aprašytas socialinis mokymasis: pozityvus = funkcionalus, negatyvus = nefunkcionalus. Apie tai kalba dvi svarbios temos:

(B_1) Vaikas jau žaisdamas mėgdžioja išgyvenamus vaidmenis (tėvas, mama, gydytojas ir kt.). Tačiau tai nėra tik mėgdžiojimas, bet ir *sąveika* su pavyzdžiu, apimanti tiek vaikui įmanomas *paskatas* (žr. VIII), tiek bendravimą (žr. X).

(B_2) Sąveiką papildo internalizacija – svetimų požiūrių, vertybių, normų, lūkesčių perėmimas, net susitapatinimas (žr. XIX, 3).

Internalizacijos dėka ką nors pasisaviname.

Paskutiniais dešimtmečiais tuo tikslu daug modelių vaikams teikia televizija. Televizijos laidų serija kaip „Sezamo gatvė" turėjo stipresnį kultūrinį bei integracinį poveikį nei kai kurios reguliuojamosios programos; tyrimais (IRLE ir kt., 1978) nustatyta, kad internalizacija geriau pasiekiami mokymosi tikslai: bendra tausojanti ir savarankiška apgalvota veikla).

Kol kas nėra socialinio prisitaikymo mato (socialinio koeficiento SQ), kaip antai intelekto koeficientas (IQ).

C Socialinė kontrolė

Žinoma, socializacija yra ne tik siūlymas ką nors perimti, bet ir mažesnė ar didesnė prievarta. Visos visuomenės ligi šiol siekia bendrapiliečių panašumo. Lygiai tas pats su mažais socialiniais vienetais. Kontrolė čia nebūtinai reiškia nuolatinį *tikrinimą*, šiam anglų kalbos žodžiui artimesnis yra „reguliuojamasis *dalyvavimas*".

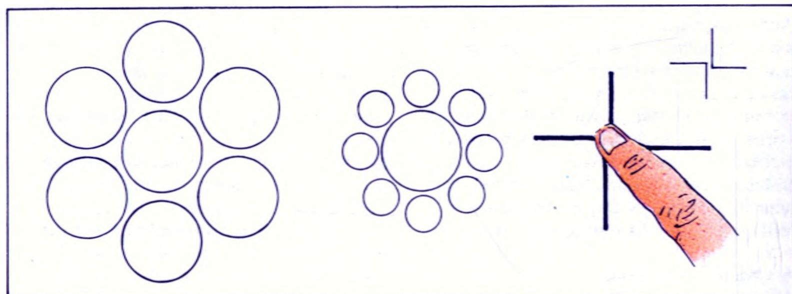
(C_1) Iš tiesų daugumai žmonių artimiausia visuomenė (pvz., tėvai, partneris, giminaičiai) kartu yra likimo smūgių buferis. Sunkiu metu pastebima, kuo galima pasikliauti. Netekus šios *visuomenės apsaugos*, ima veikti vienas ilgiausiai trunkančių kontrolės mechanizmų (pvz., meilės praradimas).

(C_2) Gerai žinoma tyrimų serija paaiškina kitą internalizuotą socialinės kontrolės formą. ASCHAS (1956), pateikdamas tiriamiesiems linijas (žr. pav.), klausdavo:

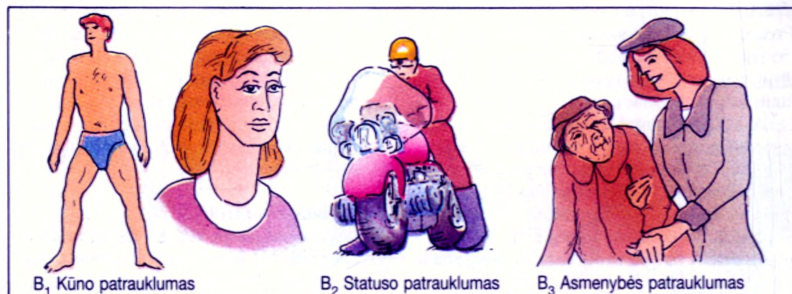
Kuri iš lyginamųjų linijų yra tokio pat ilgio kaip standartinė linija?

Paprastai tik 1 proc. tiriamųjų turėtų atsakyti, kad tai ne vidurinė linija. Tačiau tariamose tiriamųjų grupėse buvo tik vienas tikras tiriamasis, o kiti, tyrėjo pavedimu, sąmoningai atsakydavo klaidingai. Veikiant šiam socialiniam spaudimui, 30 proc. tikrų tiriamųjų *visuomet* ir 45 proc. kitų tiriamųjų *kartais* leisdavosi suklaidinami.

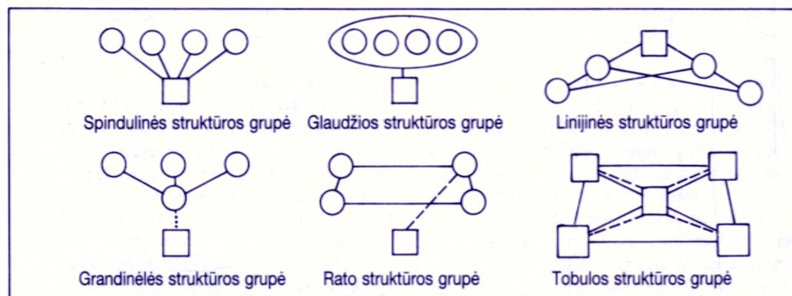
Prisitaikėliškumas (prie daugumos) ypač būdingas žmonių masėms (žr. XV).



A Suvokimo laukas



B Patrauklumas



C Socialinė organizacija



D Socialinis vertinimas

Sąvoka **socialinis suvokimas** apibūdinama įvairiai. Visiems šios sąvokos apibrėžimams bendra tai, kad ja nusakomas

asmens santykis su savimi ir aplinka.

Siauresni apibūdinimai siejami su savęs suvokimu (introspekcija), kitų pažinimu (ekstraspekcija, asmens suvokimu, masių suvokimu) bei priešpriešа su aplinka (gamtos išgyvenimas, gatvių eismas, vandens suvokimas plaukiojant ir kt.). Ši tyrimų sritis siekia paaiškinti socialinio kontakto sukeltus įspūdžius bei vertinimus.

A Suvokimo laukas

Paprastas vaizdus bandymas paaiškina, kaip suvokiamas objektas priklauso nuo aplinkos:

Vidurinis žiedas abiejuose paveikslėliuose yra vienodo dydžio, nors mums atrodo skirtingo.

Kitą atvejį pateikė BRUNERIS ir POSTMANAS (1947).

Vertindami monetas pagal didumą, žemesnių sluoksnių vaikai mato jas didesnes nei vidurinių sluoksnių vaikai.

Tokie vertinimų iškraipymai rodo, jog mūsų sprendimai dėsningai *priklauso nuo aplinkos:* pvz., uždėję pirštą ant dviejų pavaizduotų kampų, juos matome kaip kryžių.

Šis efektas dar reikšmingesnis, kai turime įvertinti save ar savo artimą. Akivaizdu, kad vertinimai nėra tolygūs.

Pavyzdžiui, *negatyviai* save vertinti sunkiau, kai tai susiję su *dabartine*, o ne praėjusia būsena, su *svarbiais* (pvz., amoralūs veiksmai), o ne su mažai reikšmingais (pvz., paprasti pomėgiai) asmenybės požymiais.

B Patrauklumas

Socialinis psichologas T. NEWCOMBAS XX a. šeštąjį dešimtmetį tyrė *susipažinimo* procesą. Kai grupė seniau vienas kito nepažinojusių asmenų kurį laiką praleidžia kartu, paprastai paaiškėja, kad

iš pradžių vienas kitam patraukliausi asmenys, turintys panašių požymių (amžius, religija, meniniai ar techniniai pomėgiai, kilę iš miesto ar kaimo).

Tolesniuose tyrimuose išryškėjo kai kurios šio atradimo variacijos.

Tai labiau tinka mažoms grupėms, didesnėse grupėse svarbiau statusas (pvz., naujojo partnerio įžymumas).

Apibendrinant galima pasakyti, kad pirmenybė teikiama *panašumui*, kurį dar labiau priartina paties trokštami požymiai (panašumo principas). Atsižvelgiant į tai, tiriamos 3 svarbiausios populiarumo orientacijos.

(B_1) *Kūno patrauklumas* matuojamas pagal to meto idealus:

pvz., grožis, jėga, sveikata, jaunatviškumas, lieknumas. Šie bruožai dažnai perdėta forma būdingi manekenams ir pan., kurie savo ruožtu tampa etalonais.

(B_2) Reklama naudojasi *statuso patrauklumu*, pvz., profesiniu požiūriu orlaivių kapitonai ir stiuardesės; eiliniai asmenys vertinami pagal statuso simbolius, pvz., patrauklius motociklus ir kt.

(B_3) *Asmenybės patrauklumas* gali būti nepakankamai įvertintas. Vis dėlto bendraujant su žmonėmis, be kita ko, labai vertinamos tam tikros asmenybės savybės. Populiarumo skalėje vyrauja

linksmumas, atvirumas, nuoširdumas, paslaugumas, dėmesys kitiems, savikritika.

C Socialinė organizacija

Socialinės bendruomenės gana greitai organizuojasi pagal rangus, vaidmenis, normas (žr. XIV, 5 ir kt.). Pvz., 5 dalyvių grupių struktūra, pasak H. FISCHERIO (1962) gali įgyti maždaug 5000 kooperavimosi formų, iš kurių pagrindines išryškina 6 pavaizduotosios:

Spindulinės struktūros grupė (vadovas = *kvadratas* vadovauja kiekvienam atskiram nariui),

Glaudžios struktūros grupė (vadovas vadovauja visumai),

Linijinės struktūros grupė (2 tarpininkai),

Grandinėlės struktūros grupė (vadovas bendrauja per neformalų lyderį),

Rato struktūros grupė (savarankiška),

Tobulos struktūros grupė (kiekvienas sąveikauja su kiekvienu ir gali tapti laikinu vadovu = autonomiška grupė).

D Socialinis vertinimas

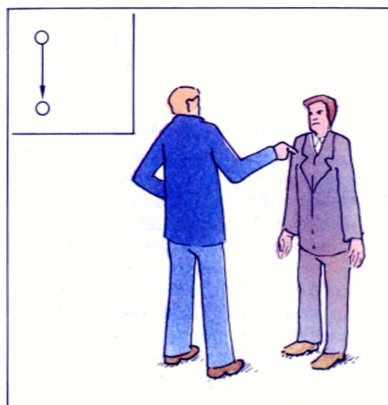
Socialinis suvokimas visuomet yra ir socialinis vertinimas. Mat socialines situacijas apibendriname, sisteminame ir vertiname, arba „pasveriame“, pagal savo papratimą.

Viena svarbiausių reakcijų yra *konfliktinių situacijų* įvertinimas. KURTAS LEWINAS skyrė traukos (artėjimo, įsitraukimo jausmas) ir stūmos (vengimo, šalinimosi) prieštarą.

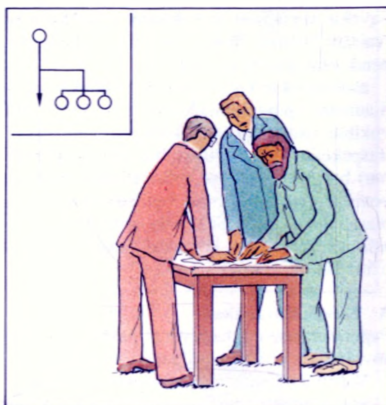
(D_1) *Dvejopos traukos konfliktas*, kai yra 2 trokštami tikslai;

(D_2) *Dvejopos stūmos konfliktas*, kai yra 2 nemalonios užduotys;

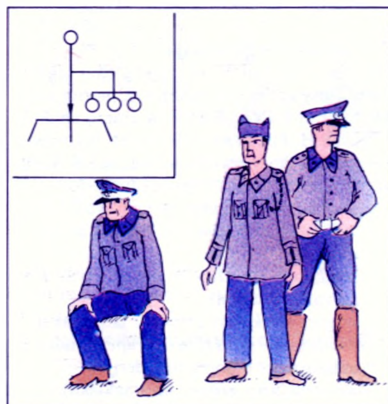
(D_3) *Traukos ir stūmos konfliktas*, kai objektas trokštamas, bet, pvz., kaina per didelė.



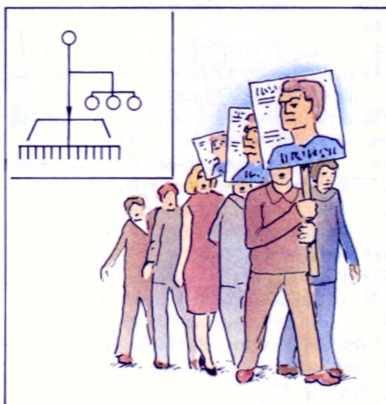
A Vadovas



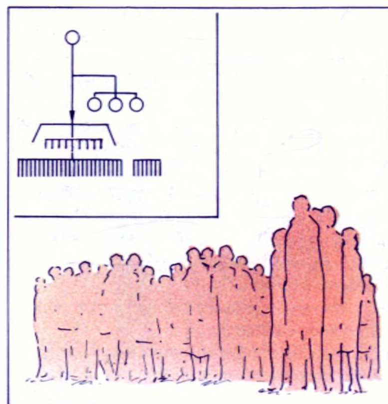
B Štabas



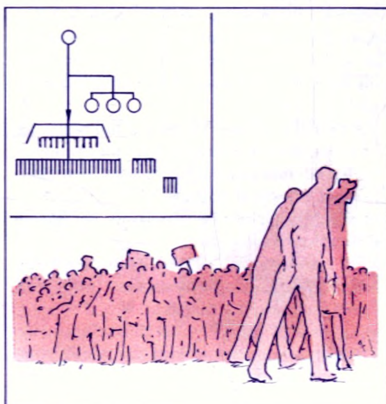
C Padėjėjai



D Prijaučiantieji



E Masė/mažuma



F Individualistai

Galima įsivaizduoti visuomenę be rangų arba net trokšti visų žmonių lygybės. Šiai utopijai kelią užkerta trys priežastys:

giminės istorijoje įteisinti grupės rangai, skirtingos žmonių funkcijos ir įvairūs asmeniniai reikalavimai.

Žinoma, rangų ribos tapo laidesnės ir permainingesnės. Jos daugiau priklauso nuo dalinių ir momentinių **rangų** sąveikų.

A Vadovas

Kuo išsiskiria vadovas?

Vargu ar galima atsakyti į tokį bendrą klausimą. Reikšmingesni nei vadovo asmenybės bruožai (charizma) yra tam tikra *vadovavimo situacija*.

Svarbiausias vadovavimo situacijos požymis yra *vadovavimo funkcijos*. Jos savo ruožtu grindžiamos 2 svarbiomis sąlygomis. Pirma, dauguma socialinių vienetų (žr. XIV, 8) turi mažiau ar daugiau nustatytus *pavedimus* (pvz., kas turi būti padaryta), už kuriuos vėliau formuojasi individuali atsakomybė. Antra, visuomet veikia paslėpti (nematomi) *vyravimo ir paklusimo santykiai.*

Iš abiejų figūrų (pav. A) laikysenos galima spręsti, kad kairioji turėtų būti aukštesnio rango. Kalbant apie atsakomybės pasiskirstymą šioje situacijoje, tikėtina, kad aukštesnio rango asmuo yra vadovas.

Kai vadovybė *nustatyta* (formalus vadovavimas, pvz., pramonės įmonės meistras), beveik nėra galimybių tai pakeisti. *Atvirose* situacijose (neformalus vadovavimas, pvz., grupės kalbėtojas) grupės lūkesčių spektras paplatėja:

ar grupės vadovas pakankamai stiprus atstovauti grupei; ar gerbia jos vidinius tikslus; ar gali išsaugoti grupę neiširusią ir svarstyti, kas jai naudinga?

B Štabai

Vadovavimo funkcijos kartais esti įgimtos (pvz., tėvų funkcijos). Labai dažnai jos būna suteiktos tik trumpam laikui arba iš dalies (pvz., futbolo komandos „režisierius", kuris dalija kamuolius ir panaudoja kitus žaidėjus. Labiausiai paplitusi vadovavimo forma yra vis dėlto ne vienas vadovas, bet keletas vadovų.

Pramonės įmonėse štabai sudaromi ypatingiems uždaviniams spręsti, pvz., kai reikia veikti ne tik įmonėje. Tokie štabai atskiriami nuo rangų hierarchijos.

C Padėjėjai

Politinės organizacijos kalba apie valstybės valdžios organus (pvz., policiją). Didesnių vienetų vadovams reikia parankinių; kuo sudėtingesnė organizacija, tuo jų reikia daugiau.

Pramonėje padėjėjų (procentais) padaugėjo kur kas labiau nei vadovų ir darbuotojų.

D Prijaučiantieji

Ši pakeleivių grupė turi blogą vardą. Mat kuo sėkmingesnė, pvz., viena partija, tuo lengviau atsiranda rinkimų padėjėjų, norinčių dalytis sėkme. Didesni vienetai dažniausiai turi *sutartinę bazę*, kuriai pavedamos tam tikros funkcijos, bet kuri neturi jokių oficialių pavedimų. Ši paslaugi grupė, kai vadovybė nuolaidžiauja, gali ja nusivilti ir tapti jai priešiška.

E Masė/mažuma

Žmonių masė, kaip daugelio mažumų suma, XV skyriaus tema. Yra labai skirtingų žmonių masių; jų reakcijos dažnai yra mįslė. Daug kartų sunku pripažinti, kad patys esame masių dalyviai. Esame linkę manyti, kad mūsų elgesys, nepaisant situacijos, yra *vienodas*. Priešingai, sunku būtų paneigti, kad masės dalyvis, pvz., sporto renginyje reaguoja iš esmės *kitaip* negu būdamas vienas.

F Individualistai

Dažniausiai prie mažesnės ar didesnės grupuotės prisišlieja *negatyvūs* ir *pozityvūs* individualistai. Prie negatyviųjų galima priskirti atpirkimo ožius, tylenius, skundeivas; prie pozityviųjų – disidentus, kritikus, perspėjėjus ir nepriklausomuosius (plg. XX 4, B: MPB – skalė). Nors jie individualistai, tačiau jų įtaka grupei ar masei neginčytina.

Šios plotmės drauge sudaro sudėtingą socialinį tinklą. Remiantis kibernetine sistemų teorija, galima išskirti 4 svarbiausius jų požymius:

Kompleksiškumas. Pagrindiniai ir šalutiniai dalyvių tarpusavio poveikiai reiškiasi kaip bendradarbiavimo ir konfliktų kaita.

Savita dinamika. Ši kaita yra savaiminė, ir tik iš dalies ją veikia išoriniai dalykai.

Skaidrumas. Dėl daugybės kintančių poveikių sistema sunkiai suprantama.

Nelankstumas. Visuomenės sistemą iš tikrųjų sunku išjudinti, taip pat įsibėgėjusią sustabdyti ar pakreipti.



A Vaidmens sąvoka



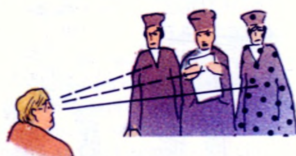
B Vaidmens samprata



C_1 Vaidmenų pateikimas



C_2 Vaidmens ženklas



C_3 Vaidmenų visuotinumas



C_4 Pasitenkinimas vaidmeniu

C Vaidmens funkcija



D Daugeriopi vaidmenys



E Vaidmens žlugimas

SCHAKESPEARE'AS žmogaus gyvenimą lygina su spektakliu:

„Daugybę vaidmenų vaidiname kiekvienas, o veiksmas tęsiasi per amžių amžius".

Socialinės psichologijos literatūra sąvoką **vaidmuo** vartoja tik nuo XX a. penktojo dešimtmečio. Tačiau jau W. JAMESAS kalba apie grynojo Aš ir socialinio Aš skirtumą.

A Vaidmens sąvoka

Vaidmens sąvoka pasičiupta iš analogiško teatro vaidmens (SADER, 1969). Dėl to vaidmenys yra iš anksto nustatyti, jų požymiai vientisi, elgesio pavyzdžiai išmokstami; vaidmenys gali būti keičiami, atmetami, susiję su laiku; trumpai tariant:

vaidmuo ir asmuo nėra tapatūs, pvz., sakoma: „Kaip tarnautojas aš..., bet kaip privatus asmuo..."

Ši perskyra palieka daug erdvės individualiai sampratai (asmeninei vaidmens koncepcijai). Daugumai vaidmenų galima rasti priešingus (pvz., konsultantas – klientas) vaidmenis.

B Vaidmens samprata

Vaidmenis, su kuriais susitapatina, žmogus mato tik iš dalies. Pirmiausia taip yra dėl to, kad jie labai įvairialypiai.

Greta pagrindinių vaidmenų (pvz., vyro) yra ir specialių (pvz., suaugusios dukters tėvas); greta būtinų (pvz., mokinys) yra ir pasirenkamų (pvz., futbolininkas); greta akivaizdžių (pvz., mokytojas) yra ir mažiau ar daugiau neaiškių (pvz., katalikas); greta nuolatinių (pvz., norvegas) yra ir laikinų (pvz., buriuotojas).

Šie pavyzdžiai rodo, kurie vaidmenys savavališki, t. y. iš dalies pasirenkami. Galima skirti 2 svarbius pastebėjimus:

viena vertus, yra išoriniai *vaidmenų lūkesčiai*, kuriuos priversti arba privalome įgyvendinti; kita vertus, savyje atskleidžiame *vaidmenų perspektyvas*, kurių galimybes mėginame suvokti.

Kiekviename žmoguje šie abu reiškiniai individualiai susipynę, vienas iš jų gali būti reikšmingesnis nei kitas, paskui reikšmingesnis gali tapti antrasis.

Kalbėtojas gali: 1) būti demagogiškas liaudies tribūnas, 2) siekti tyliai ir įtaigiai suvedžioti klausytoją, 3) dalykiškai formuluoti pranešimą, 4) nekreipti dėmesio į klausytoją, kalbėtis tarsi su savimi.

C Vaidmens funkcija

Kodėl apskritai yra vaidmenys?

(C_1) Vaidmenys padeda nustatyti socialinę psichologinę padėtį ir gerina socialinę orientaciją:

Vaidmenų pateikimas.

(C_2) Kad būtų lengviau orientuotis, bendrijos įvedė vaidmens ženklus – insignijas:

profesiniu atžvilgiu, pvz., baltas gydytojo chalatas, rangų atžvilgiu, pvz., karaliaus karūna, asmeniniu atžvilgiu, pvz., pypkė, kaip vyriškumo simbolis.

Vaidmens ženklas.

(C_3) Pavienis žmogus retai yra vienintelis vaidmens savininkas. Dėl to tapačių vaidmenų turėtojai gali daryti spaudimą:

pvz., teisėjui, paaiškėjus, kad jis parsidavėlis.

Vaidmenų visuotinumas.

(C_4) Ketvirta svarbi vaidmens funkcija yra pasitenkinimas vaidmeniu ir vaidmens prisiėmimas. Čia idealias vaidmens vertybes reikėtų skirti nuo materialių pranašumų ir privilegijų:

pvz., apdovanojimas ordinu apima daug dalykų: ordinas gali būti reikšmingas kaip socialinio tapatumo ženklas, garantuoti ryšį su nauja to ordino bendruomene, taip pat būti naudingas karjerai: *pasitenkinimas vaidmeniu.*

D Daugeriopi vaidmenys

Ligšiolinis vaidmenų aprašymas rodo, kokie jie įvairūs. Be to, pavieniam žmogui jie tarsi nusitrina, nes jis (arba ji) turi daugybę skirtingų vaidmenų.

Pvz., tik 6 vaidmenys: moteris, pardavėja, mama, žmona, šeimininkė, sportininkė.

Kiekvienas vaidmuo turi atitinkamus *lydimuosius vaidmenis*, taip pat priešingus vaidmenis, pvz., mamos vaidmeniui priešingas vaiko vaidmuo. Įvairių vaidmenų susidūrimas gali sudirginti.

Vaikui atėjus į parduotuvę, kurioje jo mama dirba pardavėja, ši sugebės gana greitai pakeisti vaidmenį, o vaikui pradėti mamą matyti kaip pardavėją labai sunku.

E Vaidmens žlugimas

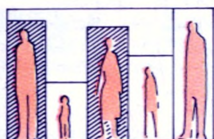
Sąvoka vaidmens žlugimas (neatitikimas) apima su vaidmenų radimu susijusius sunkumus.

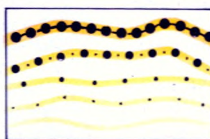
Mažiausiai kenksminga forma, kai vaidmuo tik trukdo, kai nusižengiama geram tonui, elgiamasi tarsi „šalia" vaidmens; jau didesnis sunkumas yra nesuderinami vaidmenys (pvz., kunigas ir restorano savininkas); toliau – uždrausti (socialiai nuvertinti) vaidmenys, pvz., homoseksualistas; pagaliau vaidmens praradimas gali sukelti psichikos sutrikimus, pvz., šokas išėjus į pensiją, profesijos netektis.

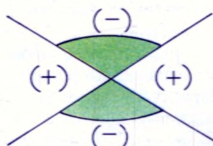
Svarbiausia kiekvieno vaidmens problema yra individualus jo atlikimas:

pvz., ar tik vaizduoju direktorių, ar esu ir atitinkamas autoritetas.

Vaidmenys realizuojami tik ilgainiui, nes su nauju vaidmens savininku kiti turi apsiprasti.


A₁ Normų tematika


A₂ Normų aiškumas



A₃ Tolerancijos ribos



A₄ Normų pastovumas

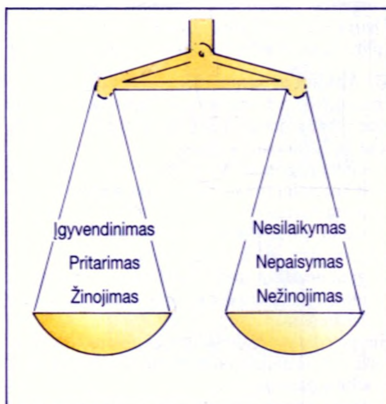


A₅ Nenormalumas

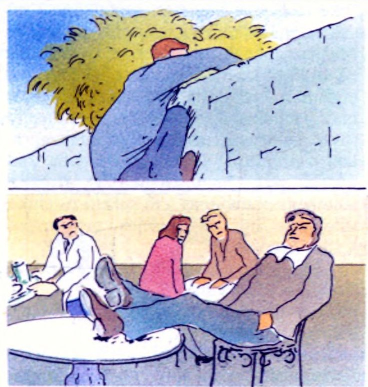

A₆ Normų taikymas

A Normų požymiai


B Normų genezė



C Normų sistema


D Elgesio nukrypimai


E Normų kaita

Teisės normos yra įstatymai, medicinos – ligos kriterijai, farmacijos – receptai, filosofijos – vertybės, technikos – pramonės standartai.

Socialinės psichologijos normos – tai *elgesio normos*, nerašyti potvarkiai, kuriuos per savo gyvavimą sukuria kiekviena grupė ir kiekviena visuomenė.

A Normų požymiai

Normos yra tam tikrą tvarką nustatantys susitarimai, kurie reguliuoja socialinį gyvenimą ir užkerta kelią dar neįsiliepsnojusiems konfliktams. Socialinis gyvenimas reguliuojamas tiek *perteikiant* standartinį elgesį, tiek *grasinant* sankcijomis (bausmės simboliai). Kadangi socialinės srities normos retai aiškiai formuluojamos, bet egzistuoja greičiau kaip savaime suprantami dalykai ar išreiškiamos galvos papurtymu („taip juk niekas nedaro"), šie simboliniai susitarimai tinka tik tam tikrai asmenų grupei ir padeda jai atsiskirti nuo „kitų". Tai rodo, kad normų funkcijos įvairios. Normų požymiai:

(A_1) *Normų tematika* atsako į klausimą, *kas ką* gali ar privalo.

(A_2) *Normų aiškumas* rodo, kiek aiškiai konkretus žmogus normą suvokia ir skiria nuo kitų.

(A_3) *Tolerancijos ribos* apibūdina, koks elgesys pripažįstamas ir kada jis tampa nepriimtinas.

(A_4) *Normų pastovumas* atspindi jų tvirtumą, t. y. ar jos taikomos tik kartais, ar visuomet.

(A_5) *Nenormalumą*, normų neatitinkantį elgesį, nusako 4 anksčiau minėti požymiai (pvz., sunku ar lengva jį apibūdinti).

(A_6) *Normų taikymas* visada individualus, tačiau turi ir bendrų bruožų: praktika parodo, ar normos veikia elgesį ir kaip tai daro.

B Normų genezė

Kaip atsiranda normos?

Viena istorija pasakoja, kad XIX a. buvo pasidomėta, kodėl caro parke prie medžio visuomet stovi sargybinis, atsakymas toks: maždaug prieš 100 metų carienė įsakė saugoti ten žydinčią ramunę.

Panašiai absurdiškai atsirado ir kai kurios kitos normos, pvz., kelnių kantas paplito mėgdžiojant Anglijos sosto įpėdinį, kurio kelnės gulėdavo spintoje stipriai suslėgtos. Tačiau normos gali būti susidariusios ir paslaptingai (be akivaizdžių priežasčių). Kadaise ištiesta sveikinantis ranka reiškė, jog žmogus neslepia ginklo.

C Normų sistema

Normos nėra pavienės, jos sudaro sistemą. Yra taip pat bendrų nuostatų: normų atžvilgiu galima būti atidžiam arba jų nepaisyti. Normos yra 3 pakopų.

Išmanymas arba *žinojimas* (atskleidimas) rodo, ar normos apskritai suvokiamos.

Pripažinimu arba *pritarimu* (priėmimu) matuojama, kiek žmogus su normomis sutinka.

Normų laikymasis arba *įgyvendinimas* (atitikimas) nusako normų realizavimo laipsnį.

D Elgesio nukrypimai

Elgesio nukrypimai, arba *deviacija*, reiškia, kad nesilaikoma visuomeninių ar socialinių normų.

Individualus *priartėjimas* prie normų apima tiek išorinį (iš išorės skatinamą), tiek vidinį (iš vidaus skatinamą) jų pripažinimą.

Kai jaunuolis, patyręs kokį nors nuostolį, priekaištingai klausia tėvų: „Kodėl man to neuždraudėt?", jis reikalauja išorinių apribojimų.

Brandus žmogus normas pripažįsta pats (iš vidaus skatinamas). Daugybė nukrypimų susiję su socialiniu nebrandumu. Tada parodyti, kaip pagal normas reikia elgtis, galima tik baudžiant, ribojant, nurodinėjant. Šiomis priemonėmis ne visuomet galima naudotis, todėl socialiai nepakankamai išugdytas žmogus normas pažeidžia.

Kitos nukrypimo formos yra sąmoningas normų nepaisymas, dažniausiai tai skatina priešingų kriminalinių (grupių) normų struktūra.

E Normų kaita

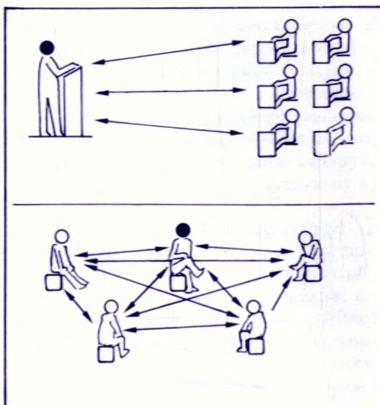
Kai kurios normos yra trumpalaikės, kitos gyvuoja ilgai, tačiau apskritai visos kada nors išnyksta: dažniausiai esamos normos apibūdinamos kaip senos, o naujos imamos labiau gerbti.

Paprastame maudymosi madų pavyzdyje galime pastebėti didžiulę aprangos (kuri yra požiūrio į vyrus ir moteris kitimo dalis) kaitą vos per 80 metų.

Požiūris į normas daugiausia priklauso nuo ideologinės orientacijos. Paprastai reakcionierius linkęs grįžti prie praeities normų, konservatyvus žmogus – išsaugoti dabartines, pažangus – naikinti dabartines ir kurti dar neišbandytas normas. Tačiau normos neišvengiamai sensta, todėl atsiranda naujų normų, kurioms iš pradžių priešinamasi, o galų gale jos pačios sustingsta.



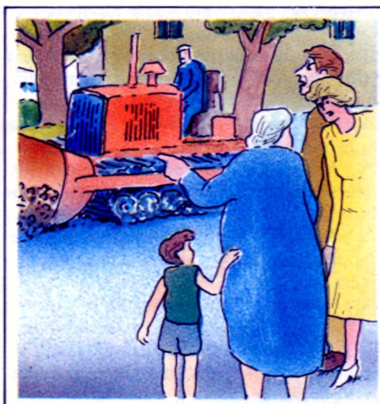
A Pirminės bendrijos



B Mokymo sistemos



C Darbo grupės



D Aplinkos sistemos



E Socialinės bendrijos



F Etninės sistemos

Pasak pašaipūno, visuomenė esanti „gyvastį saugantis kalėjimas".

Socialiniai vienetai, žinoma, gali žmogų labai apriboti, trikdyti, netgi sunaikinti jo individualumą. Kita vertus, bendruomenės didina veiklos galimybes, pavienio žmogaus saugumą, ugdo jo gebėjimus: trumpai tariant, pasižymi primygtinumu.

Socialinė psichologija neturi skubėti vertinti **socialinės sistemos;** svarbiausias jos tikslas yra apibūdinti įvairių sistemos rūšių *ypatumus.*

A Pirminės bendrijos

Tai 2-jų ar 3-jų kartų sistemos, šeimos, tiek didelės, tiek mažos (net vienas augintojas). Tėvų ir vaikų šeima vis dar tebėra daugumos socialinių sistemų paradigma (modelis). Atliekant jų socialinę psichologinę analizę, svarbios 3 diagnostinių kriterijų grupės.

1) *Kokios vyraujančios aplinkybės?* Tai gyvenamosios vietos, valdžios santykių, poros kūrimo, taip pat konkurencijos klausimai.

H. E. RICHTERIS (1963) rado šeimų, kurių vaikai turėdavo pakeisti susvetimėjusį santuokos partnerį, kitais atvejais – vaikai atliko idealo vaidmenį tėvų nepasiektiems tikslams ir kt. Šeima yra ir kolektyvinis Aš. Minėtas autorius skyrė baikščias neurotiškas šeimas (kurias vadino sanatorija), paranojiškas šeimas (kurios priešiškos aplinkos atžvilgiu susivienija kaip tvirtovė) ir isteriškas šeimas (kuriose vyksta spektakliai).

2) *Kokia šeimos atmosfera?* Galima pastebėti skirtingą vyraujančią šeimų emocinę nuotaiką: maloniai saugią, įtemptai barnią, verksmingą, santūrią, draugišką, laisvą. Pagal šias vyraujančias nuotaikas, galima suvokti vienybės, slapto ar atviro šeimos irimo laipsnį.

3) *Kokių taisyklių laikomasi?* Čia įeina dalijimo sunkumai (pvz., mėsos dalijimas pietums), rūpestis kitu reguliuojant garso stiprumą, bendravimo su kitu klausimai, spaudimas auklėjant. Šie 3 kriterijai drauge rodo šeimos klimatą.

B Mokymo sistemos

Mokyklos socialinė psichologija socialinius požymius perkelia į *institucijas.* Didelėse organizacijose prisideda dar 2 taisyklių struktūros: *darbo bei funkcijų pasidalijimas* (mokytojas–mokinys) ir *hierarchija pagal autoritetą bei kompetenciją* (egzaminai, paaiškinimai, klausinėjimai).

Pav. vaizduojamos griežtesnio frontalinio dėstymo ir laisvesnio seminarų formos mokymo struktūros.

Skirtinga sėdėjimo tvarka atspindi pakitusias funkcijas bei hierarchijas pagal kompetenciją. Dėstant frontaliai daugiau remiamasi mokytojo autoritetu, seminaruose – reikalaujama daugiau kompetencijos iš mokinio.

C Darbo grupės

Darbo grupių analizė – vienas anksčiausių socialinės psichologijos tyrimų (ROETHLISBERGER, DICKSON, 1939). Čia problematiką papildo dar vienas dalykas – užsidirbti pragyvenimui. Kai darbas yra neišvengiamas ar priverstinis, socialiniai požymiai keičiasi. Darbo grupės dėl to dažnai *konfrontuoja.*

D Aplinkos sistemos

Aplinkos sistemomis susirūpinta neseniai. Kiekvienas žmogus drauge yra kaimynas, kiemo gyventojas, bendruomenės narys, gamtos, gatvių naudotojas. Kai ši aplinka tampa grėsmingesnė, keičiasi ne tik žmogaus gyvenimo kokybė, bet ir *solidarumo jausmas* su tų pačių dalykų paliestais bendrapiliečiais. Dėl to gali susiklostyti visiškai naujos *piliečių sugyvenimo aplinkybės.*

E Socialinės bendrijos

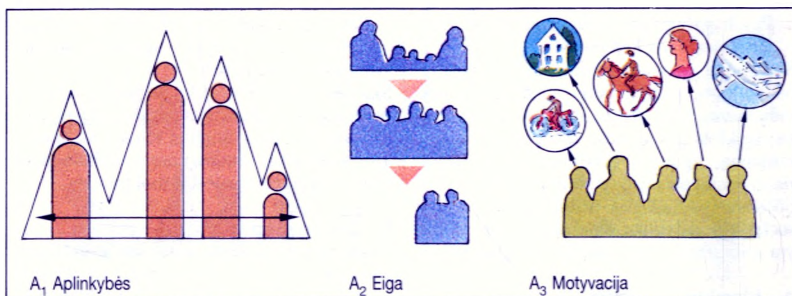
Tokios didelės socialinės bendrijos kaip partijos irgi keičia savo socialinius požymius, nors išorines formas gali pateikti kaip tariamai tvirtą tradiciją. Senosios Europos piliečių bei darbo partijų labai pasikeitė narių ir rinkėjų kiekis. Tai ne tik sociologiniai pokyčiai, susiję su *priklausymu profesijai ar sluoksniui, socialiniais tikslais* keičiasi ir konservatyvios ar pažangios orientacijos. Ir *pažangi* partija negali būti tikra, jog pamažu netaps reakcinė.

F Etninės sistemos

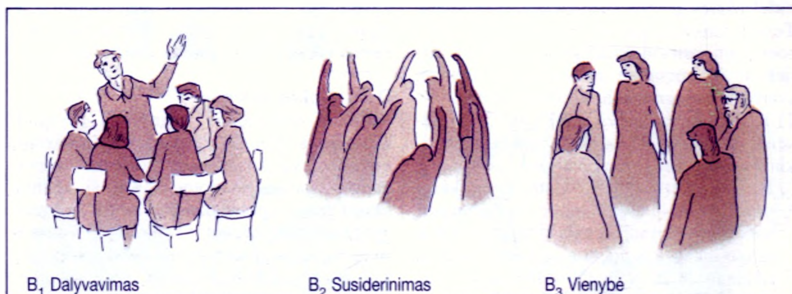
Krašto, nacionalinės bei valstybinės sistemos kartu yra socialinės sistemos ir turi atitinkamus socialinius požymius. Nuo anksčiau minėtųjų jos skiriasi visuotinumu, t. y. joms sunkiau rasti bendrą vardiklį.

Kuo skiriasi pajūrio gyventojas nuo kalniečio?

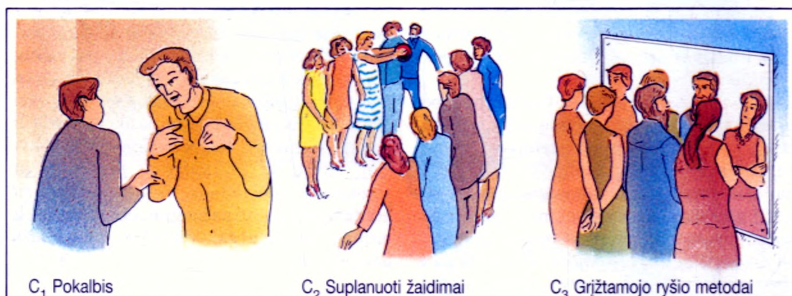
Spėlioti labai lengva, tačiau analizuojant tai sunku įrodyti, nes galimus rezultatus tikriausiai dar stipriau veikė anksčiau aprašytos socialinės sistemos.



A Grupės analizė



B Grupės veiksmai



C Grupės darbas



D Grupės grįžtamasis ryšys

RONALDAS LIPPITTAS viename straipsnyje yra aprašęs, kaip KURTAS LEWINAS atsitiktinai išplėtojo **grupės dinamiką.**

Dirbant su vaikų grupėmis Ajovos valstijoje (JAV), buvo ištirti skirtingi vadovavimo būdai. Paaiškėjo, kad jie labai veikia grupės ryšius.

Daugelis tyrėjų toliau puoselėjo idėją, jog reikia analizuoti grupių dinamines jėgas ir pritaikyti jas grupės pokyčiams.

A Grupės analizė

Norint ką nors pakeisti, pirmiau reikia tai kiek galima geriau pažinti.

Prieš grupės keitimą būtina plati jos analizė.

(A_1) *Aplinkybės – grupės dydis* (kaip ir kt. dalykai, tai svarbu grupės vienybei), *skirtingumas* (rangas, pasiskirstymas vaidmenimis), *grupės teritorija* (atsižvelgiant į grupės dydį, gyvenimo erdvė, vietos pasidalijimas, išplėtimas arba *susiaurinimas*) ir *laidumas*, arba *atvirumas*, kitiems (erdvės, funkciniu atžvilgiu bei atvirumas naujiems dalyviams).

(A_2) *Eiga*, arba grupės trukmė, turi tiek *absoliučią* (kiek ilgai gyvuoja), tiek *santykinę* (pokyčių ritmika) reikšmę. Kuo senesnės grupės, tuo *stereotipiškesnės* reagavimo formos. Pokyčiai, priešingai, gali būti *nuoseklūs* arba *nenuoseklūs*, t. y. nutrūkstantys.

(A_3) *Motyvacija* susijusi tiek su priežastimis sukurti grupę (pvz., atsitiktinumas, jei kuriama *svetimų žmonių grupė*, t. y. dalyviai iki tol yra svetimi žmonės; arba tarsi iš to paties lizdo), tiek su *laikina motyvacija* (pvz., laisvalaikio grupės poreikis įgyti daugiau patyrimo) ir *tikslinga motyvacija*, kurios kartu gali skatinti *grupinį mąstymą*, t. y. nuo išorinių veiksmų nepriklausomą grupės nuomonę.

B Grupės veiksmai

Čia pirmiausia svarbu *tematika* (pvz., piliečių iniciatyva, kėglių klubas, valstybės valdymas). Be to, turi būti apsvarstyti 3 visuotiniai veiksmų kriterijai:

(B_1) *Dalyvavimo* pobūdis (dalyvių pasirengimas prisiimti atsakomybę);

(B_2) *Susiderinimas* (informacijos paskleidimas ir subalansavimas, ryšių ir simpatijų pasiskirstymas, prieštaravimų sprendimas);

(B_3) *Vienybė;* šitokį grupės sutelktumą lemia papildomi veiksniai: vidiniai ir išoriniai barjerai (socialinės ribos, tabu), centralizacijos laipsnis (*prisitaikymas* arba susitelkimas į svarbiausią veiklą), vidinė ir išorinė konkurencija bei atvirumas atitinkamoms reakcijoms.

C Grupės darbas

Grupės darbas turi būti atsvara tiesioginėms auklėjimo priemonėms, griežtai nustatytiems konsultanto ir konsultuojamojo santykiams, apskritai painiems socialiniams ryšiams, grupės privalumai turi teikti ir naudą.

Užuot klausę, kaip aš organizuosiu grupę, turėtume sakyti: „Privalome išmokti vienas su kitu sugyventi" (DÄUMLING, 1968).

Daugelio metodų (*jautrumo ugdymas*, organizacijų laboratorijos, treniravimosi grupės) tikslas išmokyti bendrauti grupėse ir su grupėmis, visų pirma tobulinti save. Dėl to susiformavo 3 svarbūs metodai.

(C_1) *Pokalbis* turėtų padėti perteikti tam tikrą patirtį. Daugelis socialinius ryšius išgyvena tik negatyviai, kaip klastingą ar žeminančią socialinę bėdą. Su grupe, priešingai, jie turėtų susipažinti kaip su „laisvės vieta" (METZGER, 1962). Dėl savitarpio pripažinimo komandavimas ir paklusnumas, kaip „vienos krypties judėjimas", virsta lygiateisiu susivienijimu.

(C_2) Tiesioginių rezultatų siekiama *suplanuotais žaidimais*. Pvz., vaidmenų žaidimai padeda *išžaisti* besikeičiančias temas ir išmokti grįžti į vaidmenį (vaidmenų lankstumas).

(C_3) *Grįžtamojo ryšio metodai* remiasi tikromis gyvenimo situacijomis. Tavistocko programa (A. K. RICE, [2]1973) per grįžtamąjį ryšį išmokė grupei būdingų procesų. Dauguma treniravimosi grupių atsisako *svetimųjų* principo ir dirba kaip pažįstamųjų grupės, kurių dalyviai ilgesnį laiką lieka kartu ir iš naujo sprendžia realias praktines problemas.

D Grupės grįžtamasis ryšys

Kaip atskiri dalyviai ir visa grupė veikia grupės narius?

Šį klausimą kelia dauguma užsiimančiųjų grupės dinamika, pvz., administracija, klinikos personalas, pramonės vadovybė. Yra manoma, kad

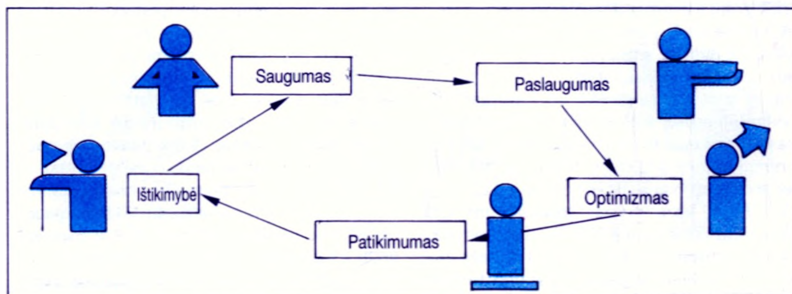
kuo geriau grupės narys supranta jos procesus, tuo veiksmingiau grupė pasiekia norimų dalykų tiek pačioje grupėje, tiek už jos ribų.

Kaskart po veiksmo fazės seka pakartojimo fazė – „dalijamasi vadovavimu" atvirai dalyvaujant visiems dalyviams. Grupės grįžtamajam ryšiui apmąstyti naudojami ir psichoterapijos metodai. Grįžtamasis patyrimo ryšys dažnai yra 3 pakopų:

plenumo darbas (visi vieno kurso dalyviai), mažųjų grupių darbas (pvz., 3-jų žmonių grupės) ir įvairus individualus darbas.



A Socialinis dėmesys



B Socialinis pasitikėjimas



C Socialinis postūmis



D Socialiniai mechanizmai

„Žmonės puikuojasi savo dideliais darbais, nors šie dažnai yra ne didaus užmojo, bet atsitiktinumo padariniai" (L. A. ROCHEFOUCAULD, Samprotavimai, 1665).

Iki šiol niekas geriau nepasakė, kaip atsargiai tiriant **socialinius padarinius** *iš rezultatų* reikia spręsti apie *priežastis*. Tačiau socialinė psichologija turi daug kartų tai bandyti. Dabartiniai rezultatai rodo daugelį tendencijų.

Norint paveikti kitus žmones, reikia ne tik atsižvelgti į daugialypes laikinas ir situacines variacijas, bet ir būti jiems *dėmesingam* bei įgyti jų *pasitikėjimą*. Reikalingi taip pat derami postūmiai. Be to, yra ir standartinių nuokrypių (poveikio nukrypimų), vadinamų *socialiniais mechanizmais*.

A Socialinis dėmesys

Psichologijos vadovėliai dėmesį dažnai iliustruoja susikaupusio žmogaus nuotraukos fragmentu (žr. vidury), o kitame puslapyje pateikia visą nuotrauką, iš kurios matyti, *kas* sužadino dėmesį (tik *viena* netikėta situacija).

Tikrovės provokacijos yra dvejopos:

pavojai (pvz., smurto) ir *skatuliai* (pvz., erotiniai).

B Socialinis pasitikėjimas

Minėtas dėmesys yra reikalingas (be dėmesio nėra poveikio), tačiau jo būdai dažnai trukdo antrai esminei pakopai – *pasitikėjimui*. FREIHERRIS VON KNIGGE veikale „Apie bendravimą su žmonėmis" 1788 m. rašė:

„Bendravimo menas yra pasisakyti neslopinant kito".

Funkcionalūs santykiai pasitikėjimą kuria, *nefunkcionalūs* – ardo.

Pasitikime tuo žmogumi, kuris skleidžia saugumą, yra paslaugus, tikras optimistas, elgiasi patikimai ir ištikimai.

Taigi pasitikėjimą žadina atitinkami lūkesčiai, nuolat patvirtinami grįžtamojo ryšio.

C Socialinis postūmis

Iš esmės kiekvienas elgesys – tiek priekaištas, tiek pagyrimas, tiek prievarta, tiek pranešimas, netgi tylėjimas – yra veiksmingas. Kai kurie dalykai veikia stipriau ar sėkmingiau nei kiti, kai kurie, priešingai, yra neproduktyvūs. Kad socialiniai postūmiai būtų produktyvūs, reikia apsvarstyti 2 sąlygas.

(C_1) *Mažiau dažnai yra daugiau:*

Antai tik išbėrusi keletą riešutų beždžionė gali išsitraukti iš ąsočio likusiuosius.

Arba: kai kurios itin rėksmingos reklamos (šarlatanizmas) greičiau atstumia nei traukia.

(C_2) *Įtakos priklauso nuo autoriteto.*

Viename bandyme aukščiausio rango beždžionei, kitą kartą – žemiausio rango beždžionei buvo parodyta, kaip atidaryti bananų dėžę:

Pirmuoju atveju atrakinti spyną išmoko visos beždžionės, antruoju – nė viena.

D Socialiniai mechanizmai

Socialinės įtakos priklauso ir nuo „tipiškų" klaidų, atsirandančių dėl socialinio suvokimo efektų, iš kurių 6 aprašomi žemiau.

(D_1) *Aureolės* efektas (ALLPORT, [2]1959) yra reiškinys, kai bendras įspūdis tarsi nustelbia atskiras ypatybes ar vertinimus.

Dažnai tuo negatyviai naudojamasi, pvz., skelbiama: „Daryk gera ir kalbėk apie tai!"; kartais kalbėti apie gera tampa svarbiau, negu daryti gera, galų gale tai griauna pasitikėjimą.

(D_2) *Pradmės* (*orkestro*) efektas (priekyje važiuoja orkestras) dar vadinamas laimėtojų efektu. NIETZSCHE sakė:

„Nieko nėra sėkmingesnio už sėkmę". Sėkmę mėgina nusitverti veltėdžiai.

(D_3) *Nugalėtojo* efektas yra priešingybė.

Piktdžiugiškai stebima, kaip Dovydas nugali Galijotą.

Taip kartais išrenkamas, kaip spėjama, pralaimintis kandidatas.

(D_4) *Bumerango* efektu naudojasi ir reklama.

Žmonių sumanytas stiprus motyvas grąžinamas kartu su atitinkama reklamine žinia.

Taigi pasinaudojama motyvais, kurie jau yra tapę priimtinais, tuomet lengviau paveikti žmones.

(D_5) *Ignoravimo* efektas padeda išstumti tai, kas nemalonu,

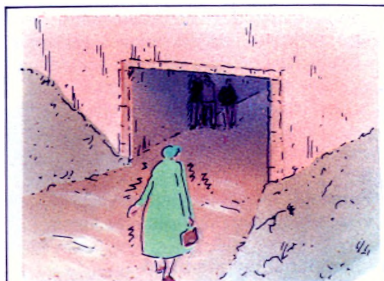
pvz., bijantis susirgti žmogus neina pas gydytoją.

Socialinės įtakos, pagrįstos šiuo efektu, sumenkina tikruosius sunkumus arba ramina pažadais.

(D_6) *Baigmės* efektu naudojamasi savitarnos krautuvėse.

Prie pat kasos yra krepšiai su prekėmis, kurias pirkėjas galų gale nusiperka, nors iš pradžių net neketino tokių dalykų įsigyti.

Gyvenime baigmės panika yra žinoma kaip gyvenimo vidurio krizė. Šie 6 mechanizmai yra bendri veiksmingų elgesio krypčių pavyzdžiai: neretai jais manipuliuojama.

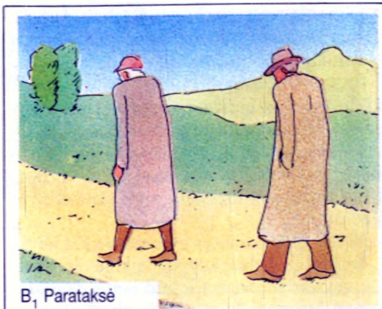


A_1 Baimę kelianti situacija



A_2 Klaidingas elgesys

A Situaciniai sutrikimai



B_1 Parataksė



B_2 Kivirčas

B Santykių sutrikimai



C_1 Vidiniai konfliktai



C_2 Išoriniai konfliktai

C Grupės konfliktai



D_1 Aplinką žalojantis elgesys



D_2 Psichiką žalojantis elgesys

D Aplinkos krizės

Kaip matėme, socialiniai santykiai yra sudėtingi, todėl nieko stebėtino, kad būna įvairių šios srities sutrikimų, kuriuos pagal socialinę struktūrą galima padalyti į 4 grupes:

situaciniai, asmeniniai, bendruomeniniai ir santykio su aplinka **socialiniai sutrikimai.**

A Situaciniai sutrikimai

Situacijos yra pasikartojančios akimirksnio aplinkybės, atpažįstamos iš analogijos ir dažniausiai sukeliančios vienodą elgesį. Buityje tai ekonomiška.

(A_1) Tačiau gali būti, kad šios situacijos nuolat neįveikiamos. Antai tam tikrų situacijų dauguma žmonių bijo labiau nei kitų, antra vertus, kai kuriems didesnę *baimę kelia* tos kitos:

pvz., viešos kalbos arba tunelių, liftų baimė.

(A_2) Ypač nemalonios situacijos, kaip magnetas traukiančios būgštaujantį žmogų.

Pvz., prastas dviratininkas, klaidingai įsivaizdavęs, kaip galėtų pravažiuoti pro medį, tai padaro visiškai *nesėkmingai.*

B Santykių sutrikimai

Dažnas sutrikusių santykių vaizdavimas literatūroje ir žiniasklaidoje akivaizdžiai rodo, kokie gausūs ir kasdieniški yra šie sutrikimai. Juos galima suskirstyti į 2 dideles grupes.

(B_1) *Parataksės*, arba neaiškūs santykiai, kai kenčiama dėl neišsiaiškintų socialinių ryšių ar dėl to, kad jų apskritai nėra. Partneriai susvetimėja, eina savo keliais, vengia sąlyčių ir gyvena atsiriboję vienas nuo kito.

(B_2) Priešingas dalykas yra *kivirčas*. Ginčijimasis gelbsti nuo atsiribojimo, tačiau veda prie kritinio taško, kai priešininkai tampa priešais, sąmoningai užsiimančiais nesuderinama veikla. Tokie santykiai ne visuomet nutraukiami. MARIE VON EBNER-ESCHENBACH rašė:

„Kai kurie sutuoktiniai negali ilgesnį laiką išbūti nei vienas su kitu, nei vienas be kito".

Abiejų grupių problema yra susiklostę partnerių santykiai: vienas iš jų arba abu supranta savo padėtį kaip nepakankamą, klaidingai vertinamą, žeminančią. Iš tikrųjų jie nori, kad būtų kitaip, tačiau negali to išreikšti; tada pakaitalu tampa tariami mūšiai. Čia padeda *tikrųjų* priežasčių analizė.

Rangų sutrikimas. Kitas suvokiamas kaip per daug vyraujantis ar per silpnas; žmogus jaučiasi spaudžiamas, nuvertinamas arba varžosi kito silpnumo.

Vaidmenų sutrikimas. Atstumiamas kito primetamas vaidmuo (pvz., visuomet pasiduoti).

Ryšių sutrikimas. Partnerystė užnuodyta slaptos prievartos, dirglumo, nesidomėjimo.

Normų sutrikimas. Kitas tikrai ar tariamai pažeidžia visuomenines dorovės taisykles (pvz., ištikimybę), dvasines vertybes (kinas geriau nei koncertas) ar gyvenimo tikslus (pvz., vaikų troškimas).

C Grupės konfliktai

Socialinei psichologijai nuo pat jos atsiradimo konflikto sąvoka yra svarbi. Yra keletas konflikto teorijų (bihevioristinės, fenomenologinės, kognityvinės, psichosocialinės ir motyvacinės). Jas visas sieja *elgesio tendencijų nesuderinamumo* modelis. Teoriškai jos turėtų paaiškinti įvairias konfliktų sprendimo bei nagrinėjimo formas.

Vidiniai (grupės) ir išoriniai konfliktai (tarp grupės ir pašaliečių) labai skiriasi.

(C_1) Grupės kivirčas dažniausiai yra *rangų* ar *vaidmenų konfliktas*. Emociniu atžvilgiu padėtį sunkina varžymasis, lydimas pavydo, keršto bei piktdžiugos. Dažnai tokia laikysena taip įsitvirtina, kad pirminė priežastis jau nebeturi reikšmės.

(C_2) Ginčai *tarp* grupės ir pašaliečių (atskirų žmonių ar kitų grupių) dažniausiai yra *interesų konfliktai*. Grupė, kaip ginanti bendruomenė, priešinasi išoriniams reikalavimams.

D Aplinkos krizės

Sąvoką „aplinkos krizė" galima suprasti dvejopai: kaip sutrikusį elgesį aplinkos atžvilgiu ir kaip aplinkos sutrikimų poveikį psichikai.

(D_1) *Aplinką žalojančio* elgesio negalima laikyti tik paprastu neapgalvotumu. Didėjant sąmoningumui aplinkos atžvilgiu, kyla bausmių už nuostolius lygis,

pvz., už motociklų daromą žalą draustiniams.

(D_2) Be fizinės žalos aplinkai, vis didesnę *žalą aplinka* daro žmogaus psichikai,

pvz., įkyrus triukšmas, rinkimų propagandos kurstoma neapykanta, manipuliavimas veidmainiška informacija, socialinis atsiribojimas nuo gyventojų grupių.

Abi formos, aplinkos žalojimas ir psichikai daroma žala, sudaro ratą. Mat aplinka nėra tik pasyvi aplinkuma, bet aktyviai naudojama psichofizinė sąveika pasižyminti gyvenimo erdvė, kuri, remiantis biotopo sąvoka, dar vadinama *psichotopu*. Aplinkos žalojimas yra ir socialinės aplinkos, kurios dalis yra žmonės, trikdymas.

(1) (2) (3) (4) (5)

A$_1$ Vienodėjimas

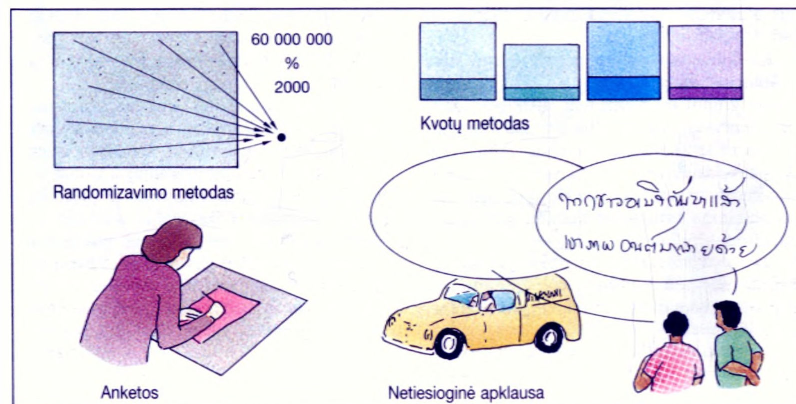
(6) (7) (8)

A$_2$ Išsiskyrimas

(9) (10) (11) (12) (13)

A$_3$ Pabrėžimas

A Masių tendencijos



B Masių tyrimas

XIX a. pabaigoje paplito (ypač Prancūzijoje) **Masių psichologijos** sąvoka: LE BONAS (1895), TARDE (1895), SIGHELE (1897). Padažnėjus sambūriams, socialiniams konfliktams, per revoliucijas kyla susidomėjimas aktyviomis liaudies miniomis, tada ir imama atidžiau tyrinėti masių psichologiją.

Iš pradžių į masę ir į tapimą jos dalimi dažniausiai buvo žvelgiama negatyviai, t. y. kaip į individualumo praradimą. Tačiau palengva buvo geriau pažintos *masių potencijos.* Nuo tada masių psichologija tapo savarankiška sritimi, nes masė, kaip ir grupė bei atskiras asmuo, yra savarankiškas socialinis vienetas (plg. X, 7).

A Masių tendencijos

Kas yra masė? Ar tai mistinė sąjunga, ar tik visų piliečių suma?

Nei viena, nei kita arba iš dalies – sąjunga, iš dalies – suma. Masė gali būti tokia heterogeniška (įvairialypė), kad ją beveik galima laikyti visų jai priklausančiųjų suma. Taip *gali* būti tada, kai kiekvienas pavienis žmogus ar kiekviena maža grupė rūpinasi tik savo visiškai skirtingais interesais. Tačiau, kai staiga atsiranda bendrų interesų, kai daugumą jaudina tie patys dalykai, šitai tučtuojau pasikeičia.

Masė nėra subjektas, bet gali būti panaši į subjektą, kai tampa sunkiai suprantama, beveik nevaldoma jėga.

Kitais žodžiais tariant:

Masė paprastai (priklausomai nuo laiko ar tematikos) *nėra aktyvi,* nes nevienodi jos dalyvių siekiai, tačiau kai tik jie ima vienodėti, gali prasidėti nenumatomi dalykai.

Tokio suvienodėjusio elgesio padarinys yra 2 pagrindinės masių formos: veikiant „senoms" sąlygoms, iš glaudžių ryšių formuojasi dalyvaujančios, arba *dalyvių, masės,* o veikiant „naujoms" sąlygoms, žiniasklaidai formuojant vienodas nuomones, atsiranda *žiniasklaidos masės.*

Kartais pasitaiko mišrių (*dalyvių ir žiniasklaidos*) masių, kaip, pvz., masių sukilimas (vykęs Azijoje), kuriam buvo vadovaujama per radijo siųstuvą.

Masių psichologijai šie procesai reikšmingi tik tuomet, kai paaiškėja *masių veikimo padariniai;* pvz., rinkimų rezultatai, sukilimai, vienodi poelgiai.

Nuolatinis tokių padarinių pavyzdys yra drabužių mada. Ja remiantis galima parodyti 3 tariamai prieštaringus masinių reiškinių bruožus.

(A_1) Aprangos *vienodėjimas* yra akivaizdus. Visais laikais visų tautų žmonės derinosi apranga vieni prie kitų, ir to beveik niekas negalėjo išvengti. Paprastas kūno apdangalas vėliau virto bendruomenei būdingu, netgi ideologiškai tinkamu drabužiu. Svarbu ir tradicijos.

Šiandieninė Vakarų mada, galima sakyti, išsirutuliojo iš senovės germanų aprangos jau nuo bronzos ir halštato laikų (apie VIII a. pr. Kr.): žinoma moterų (1) palaidinė, sijonas, apsiaustas, vyrų (2) švarkas ir kelnės. Romėnų (3) mada, islamiškas (4) maskavimasis ar neeuropinė (5) apranga tarptautiniu mastu beveik nebuvo pripažinti.

(A_2) *Išsiskirti* įmanoma tik tam tikro vienodumo fone.

Jau ankstyvaisiais laikais apranga išreiškė (dalinį) kitoniškumą; labiausiai išsiskyrė kunigai (6) ir kareiviai (7). Giminės irgi formavo vaikų, suaugusiųjų bei pagyvenusių žmonių skiriamuosius tautinius drabužius.

(A_3) *Pabrėžimas* akivaizdžiausias moterų madoje.

Moters kūnas buvo modeliuojamas pagal tam metui būdingą moters sampratą: Senovės Egipte buvo dėvimi permatomi drabužiai (9), Mikėnų žynės nešiojo krūtis atidengiančias palaidines (10), rokoko epochos damos net karikatūriškai pabrėždavo klubus (11), bydermejerio stilius moteris pavertė vaikiukais (12), XX a. pradžioje prasidėjus emancipacijai, daug ką imta skolintis iš vyrų mados (13). Šiandien mados kryptį veikia greitai kintančių keistų madų atšakos.

B Masių tyrimas

Masiniai reiškiniai retai būna tokie akivaizdūs kaip aprangos mados, kol nevirsta didelio masto *masių reakcijomis. Viešosios nuomonės* tyrimais siekiama jas padaryti atpažįstamas – tiriama daugumai atstovaujanti mažuma, t. y. dalis.

Randomizavimo metodas yra atsitiktinė atranka: iš minios atsitiktinai pasirenkama kiek nors asmenų, pvz., 2000 iš 60 milijonų.

Tiriant *kvotų metodu* atrenkamos svarbiausios sociologinės grupės, pvz., moterys/vyrai, darbininkai/tarnautojai/valdininkai ir t. t. Iš šitų negausių duomenų, remiantis tikimybių teorijos dėsningumais (žr. III, 3), sprendžiama apie visumą.

Metodiškai naudojamos *anketos* (žr. II, 7), kurios, jei tiriamųjų abstrahavimo galimybės nedidelės, papildomos paveikslėliais.

Šiuo pavyzdžiu parodyta, kaip *netiesioginė apklausa* su paslėptu „mikrofonu", buvo tiriama Indijos čiabuvių reakcija į amerikiečių filmavimo įrangą (MASLING, 1953).



A_1 Situacinis ryšys



A_2 Fizinis ryšys



A_3 Emocinis ryšys



A_4 Kognityvinis ryšys

A Bendrumo sritys





B_1 Struktūros pokyčiai



(a)



(b)



(c)

B_2 Masės spaudimas

B Elgesio aspektai



C_1 Kančios sužadinimas



C_2 Savęs skatinimas

C Energijos potencialas

Kalbant apie grupės dinamiką (XIV, 9) buvo analizuotos grupės dinaminės jėgos ir jų naudojimas grupei pakeisti. Masių dinaminės jėgos daug galingesnės.

Pavyzdžiui, gausūs politiniai sukilimai ir agresyvūs veiksmai stadionuose.

Ar įmanoma šias jėgas valdyti? Be abejonės, tai yra daug sunkiau, tačiau mėginama: įvairiais būdais ir dėl skirtingų ketinimų. **Masių dinamika** kaip tik ir analizuoja masių valdymo pagrindus.

A Bendrumo sritys

Analizuoti masių veiksmus trukdo visuotinis prietaras, kad masės narys reaguoja *ne kitaip* kaip pavienis žmogus (elgesio pastovumo mitas). Atitinkamai sambūriai bei išsišokimai ignoruojami ir aiškinami daugiau kaip niekinamų asmenų grupių (keistuoliai, *nelaimėliai*, alkoholikai ir kt.) veiksmai.

Iš tikrųjų kiekvienas dalyvių masės narys daugiau ar mažiau linkęs elgtis jam pačiam netipišku būdu. Daugelis netgi liguistai ima trokšti masės išgyvenimų. Būdingi savęs praradimai (norų ir mokėjimų frustracijos) *kompensuojami* masių atsitiktinai sustiprintais būties išgyvenimais (visagalybės įspūdžio išgyvenimas minioje).

Ši maloni būsena – būti bendraminčių masės nariu – įmanoma įvykdžius 4 pagrindines sąlygas.

(A_1) Žmonių masę su jos žvaigžde ar priešiška mase turi sieti *situacinis* ryšys.

(A_2) *Fiziniai* ryšiai, kaip susikabinimas, sukuria ar sustiprina kūnišką artumą su mase.

(A_3) Pvz., dainuojant žygio dainą, ligi virpulio turi būti sustiprintos *emocijos* (sužadinta masės įtampa).

(A_4) *Kognityvinis* prisitaikymas prie vyraujančios ideologijos vyksta šabloniškai sutrumpintais šūkiais (pvz., transparantai ar demagogiškos kalbos) bei simboliais (vėliavos, vienoda apranga), kurie arba išreiškia būdingus tikslus, arba menkina priešininką.

B Elgesio aspektai

Priešingai negu grupės, masės struktūra gali *suirti* arba būti *atkurta*.

(B_1) Futbolo rungtynės paprastai atspindi *grupės struktūrą*.

Tačiau, kai žaidžia 12-mečiai, dažnai galima pastebėti, jog grupės struktūra *suyra:* visi būriu laksto paskui kamuolį (išnyksta rangai, susilpnėja vaidmenys, nelieka normų).

(B_2) Vietoj išnykusios grupės struktūros iškyla *masės spaudimas*, pasireiškiantis 3 pagrindinėmis tendencijomis:

a) elgesio vienodinimas (neapibrėžto vidurio tendencija),

b) naujas (po monotoniško laikotarpio) imlumas poveikiams remiantis anksčiau nepastebėtomis kraštutinėmis grupėmis (aktyviomis mažumomis),

c) naujo konformizmo kūrimas lygiuojantis į charizmatinį vadą (rėmimasis autoritetu).

C Energijos potencialas

Žmonių masė paprastai nuo *pasirengimo veikti* pereina prie *veiksmo realizavimo:*

Masė sustiprina atskiro žmogaus poreikį kentėti (mazochizmas) arba naudoti prievartą (sadizmas).

Svarstoma, ką toks sustiprinimas teikia individui: pirmiausia tai kitaip neįmanomas valdžios patyrimas. Be šio visagalybės išgyvenimo, yra ir kitų masėje patenkinamų poreikių:

Iš individo reikalaujama būti pasirengusiam rizikuoti, tai gana lengvai garantuoja sėkmės išgyvenimą. Masėje žmogus dažniausiai anonimiškas, todėl mažiau patraukiamas atsakomybėn nei pavienis. Kai žygdarbis atliktas, galima didžiuotis trečiajam asmeniui, kad esi buvęs kartu su kitais. Kūno sužalojimai gali būti vertinami kaip žygdarbio ženklai.

(C_1) Vienas iš dviejų svarbiausių masės energijos potencialo motyvų yra *kančios sužadinimas*. Kančia gali būti siejama su realiu ar įsivaizduojamu priešininku, taip pat su savimi pačiu, su grupe ar mase.

Pvz., per bulių kautynes masė „keršija" buliui (KOHUTO analizė, 1977) už pačių iškentėtas narcisistines frustracijas.

Kaip parodė 1978 m. Liaudies šventyklos narių masinės savižudybės, agresija gali būti nukreipiama ir į save.

(C_2) Tačiau masės potencialas vis dažniau naudojamas *savęs skatinimui*. Vietoj pasikeitimo argumentais, nuobodulio sumažinimo užsiimant savimi ar nusiteikimo kitu būdu mėgdžiojama tai, kas populiaru, ir prisitaikoma prie masės skatinant save socialiniu pritarimu. Žinoma, tik ligi tol, kol vienodumas nepradedamas išgyventi kaip varžymas ir neatsiveria galimybės naujo pobūdžio turiniui (protrūkio arba *spūsties* efektas).

Liguistos aistros apimtas masinių įvykių dalyvis perkelia savo išgyvenimų poreikius į „savus" žmones ir įsivaizduojamai (pvz., kaip agresyvių filmų žiūrovas) ar realiai užsipuola „kitokius".

Pavyzdys yra „tribūnų vandalizmas" (stovimos vietos stadiono prieigose) per futbolo rungtynes.



A Susitelkimas



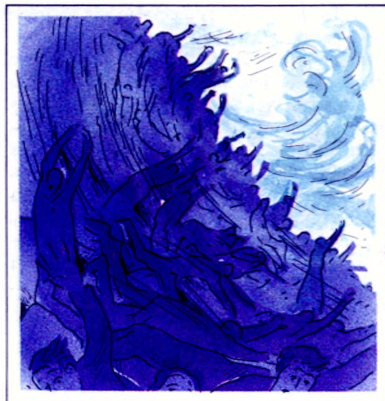
B Poliarizacija



C Vietos užėmimas



D Aktyvios mažumos



E Veiksmo eiga



F Žiniasklaidos refleksas

Masių reakcijos apima nedaug elgesio formų.

Dalyvių masė gali pasyviai klausytis, ploti, nepasitenkinimą reikšti švilpimu arba šūkavimu, simboliškai perteikti nuomones (pvz., sudaryti asmenų grandines) ir pagaliau veikti prievarta (pvz., griebtis kokių nors ginklų).

Žiniasklaidos masė susideda iš kiekvieno, kas vadovaujasi ta pačia žiniasklaida (pvz., televiziją žiūrinčios masės daug didesnės negu dalyvių masės), todėl kai kurių jų narių elgesio sritys suvienodėja (pvz., nuomonės apie dienos įvykius); tai leidžia atpažįstamose ar išmatuojamose situacijose (pvz., rinkimuose) irgi tikėtis bendrų elgesio pokyčių.

Dalyvių bei žiniasklaidos masės yra abiejų anksčiau aprašytųjų mišinys.

Pvz., roko koncertuose (kurių garsas sustiprinamas) kurstantys įvykiai gali pastūmėti masę veikti: daužyti įrenginius ar sukelti sąmyšį. Vis dėlto labiausiai masių reakcijomis imama domėtis tuomet, kai kyla maištingi dalyvių masių išpuoliai.

Kada tai gali atsitikti?

A Susitelkimas

Masės susidaro visų pirma, kai žmonės susirenka. Kad tai įvyktų, jie turi jausti bendrą tikslą, kuris nebūtinai turi būti sąmoningas; tai gali būti paslėptas veržimasis, genantis masę tam tikro židinio link.

B Poliarizacija

Kai nėra *konfrontacijos*, t. y. jokio gyvinančio priešinimosi, masių reakcijos banalėja. Masės, taip pat triukšmaujančios grupės nepastebimai ieško priešininkų.

Priešininku gali tapti *eiseną* stebintis praeivis; panašiai zoologijos sodo sargas turi vengti spoksoti orangutangui į akis, nes gali paskatinti jį pulti.

Per maištus ima reikštis susikaupusios nesantaikos, t. y. priešiškumas, kuris, atrodytų, yra užmirštas; poliarizacijos akimirką jis sutelkiamas į tarsi užprogramuotus priešininkus (pvz., policija, panašūs į užsieniečius asmenys, kitaip apsirengusieji). Kovos viduryje, kai į ją įtraukiami nauji, poliarizacijai naudingi individai, gali atsirasti kitų priešininkų.

C Vietos užėmimas

Masei susitelkti reikalinga *tam tikra* vieta (teritorijos spaudimas susibūrusiai masei, CANETTI). Kai kurios vietos tarytum verčia masę veikti intensyviau.

Ypač tam tinka stadionų prieigos, nes kai nėra kur sėdėti, niekas netrukdo veikti ir užkariauti erdvę. Po akustinio užkariavimo, kuris įgyvendinamas perrėkiant, erdvė gali būti užkariaujama fiziškai.

Šitaip vieta sąlygoja scenarijų, taip pat sukuria geresnę ar blogesnę sceną.

D Aktyvios mažumos

Vadovavimo problema masių atveju kitokia negu grupių atveju. Grupės vadovas yra įsakinėtojas arba vadovaujantis pagalbininkas, o masių vadovas vienas mažai ką gali, jei jo nepalaiko vadovaujama grupė. Veikdamos masės orientuojasi ne į minėtus vadovus, bet į aktyvias mažumas, kurioms dažniausiai atstovauja charizmatinės figūros. Aktyviau nurodydamos kryptį jos sužavi masę.

Tokios mažumos atstovauja daugumoms, t. y. jos rezultatyviau įkūnija slaptus bei atvirus daugumos tikslus ir yra jų *skverbimosi pleištas.*

E Veiksmo eiga

Kiekvienas masių veiksmas pasižymi sąmoningai suplanuota arba atsitiktine *dramaturgija.* Apskritai jos pagrindas yra sustiprinimo veiksnys:

Dėl vienos priešo silpnybės prasidėjusios lavinos neįmanoma sustabdyti.

Iš daugelio kulminacijos ekstazę patiriančių žmonių galima tikėtis ko tik nori: jie bando rizikuoti, nepaiso sužeidimų ir tik vėliau džiaugiasi, kad išvengė sunkių padarinių (kad liko sveiki).

Ilgesnių veiksmų, trunkančių daugelį dienų ir savaičių, atveju paprastai protarpiais nusiraminama (delsimo akimirkos) arba pakeičiama veikimo kryptis (Katastrofų teorija; R. THOM, 1968).

F Žiniasklaidos refleksas

Masių veiksmo pabaiga dar nėra realus jo užsibaigimas. Tik tada atsiranda vertinimų, galinčių savo ruožtu paveikti mases.

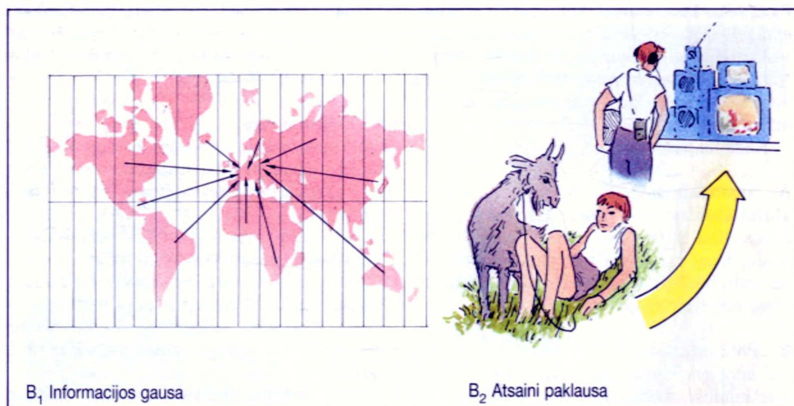
Pirmiausia dalyviai gali primygtinai tvirtinti, kad jie dalyvavo, ir tuo kelti savo prestižą. Tada surenkami ir kolektyviniam atminimui išsaugomi žiniasklaidos pranešimai apie masių veiksmus.

Paskui susikuria su didžiuoju įvykiu susijusios „veteranų" draugijos. Galų gale belieka tai atitinkamai literatūriškai aprašyti, kaip išdidžiai sako HÖLDERLINAS:

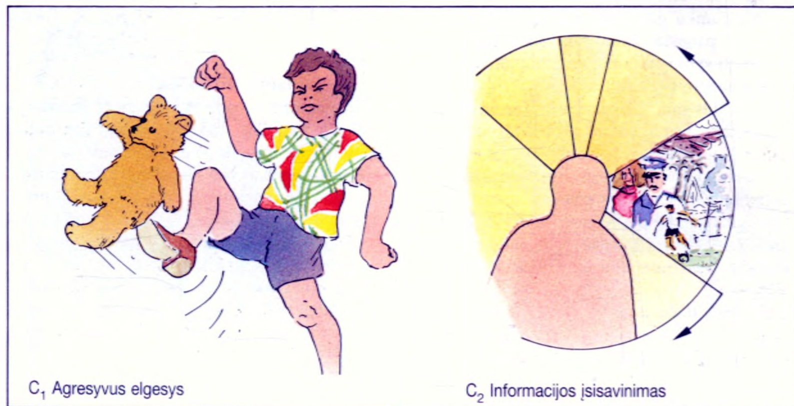
„Visa kita atlieka poetai".



A Masių imlumas



B Masių motyvai



C Žiniasklaidos poveikis

Vienas žiniasklaidos tyrimų pagrindėjų CARLAS HOVLANDAS (1954) **žiniasklaidą** apibūdino kaip

„priemones, kuriomis perteikiama neasmeninė informacija plačiajai publikai".

Žiniasklaida sutelkia *kitokio* pobūdžio masę nei nuo seno egzistuojančios dalyvių masės. Išradus spaudą, 1445 m. proklamacijomis pradėta daryti įtaką masėms; be to, pvz., būtų neįsivaizduojamas Reformacijos judėjimas. Ši nauja žiniasklaida laikoma vienu Naujųjų amžių pradžios požymiu. Naujas perversmas, kalbant apie žiniasklaidos masių raidą, įvyko XX a. antrojoje pusėje atsiradus televizijai.

A Masių imlumas

Techninės žiniasklaidos priemonės suburia *žiniasklaidos* mases, kurios iš dalies keičia dalyvių mases.

Dėl riaušių futbolo stadionuose nuolat siūloma rengti varžybas be žiūrovų. Televizijos žiūrovų per didelius renginius vis vien būtų daugiau negu triukšmaujančių, netgi žudančių *dalyvių* (aistruolių). Savo agresiją jie galėtų, kaip kad dažnai ir atsitinka, išlieti ant savo televizorių.

Vis dėlto visiškai panaikinti dalyvių ar dalyvių bei žiniasklaidos mases (žr. XV, 1) nerealu; kita vertus, dalyvių masės mažėja žiniasklaidos masių sąskaita (pvz., kiek koncertų klausytojų yra salėse ir kiek namie). Šitaip organizuoti renginius vis geriau ir patogiau.

B Masių motyvai

Masių motyvai netapatintini su visų jos dalyvių motyvų suma.

Kitaip motyvų spektras būtų begalinis. Tačiau kadangi žiniasklaida prieinama masėms, šių motyvų nėra tiek daug.

Tai netinka mažumai, kurios reikalavimai pranoksta masinės žiniasklaidos pajėgumą. Masinės žiniasklaidos vadovai paprastai mano priešingai: jie esą nemenkiną žiniasklaidos lygio, bet prisitaiką prie gyventojų.

Galima būtų paprieštarauti, kad jie, siekdami aptarnauti kuo daugiau vartotojų, vadovaujasi tik dažniausiais motyvais.

Šitaip jie *susiaurina* ir *sustiprina* smukusį *lygį*.

Kai taip yra, konkuruojančios žiniasklaidos sritys būtinai siekia kuo plačiau pasinaudoti masių požiūriu:

pasiūlyti kuo daugiau, per kuo trumpesnį laiką, prikaišioti įtaigos elementų, patinkančių daugumai.

Dėl to prieš keletą dešimtmečių paaiškėjo, kad žiniasklaidos raida dvejopa:

(B_1) Aktualūs įvykiai bei informacijos pasiūla iš viso pasaulio dėl technikos priemonių tapo kur kas prieinamesni. Dėl *informacijos gausos* žiniasklaidos mases dabar kasdien užgriūva seniau neįsivaizduota pasiūlos daugybė.

(B_2) Vartotojai atsiliepia *atsainia paklausa:* domisi trumpai ir paviršutiniškai, nelabai stengdamiesi į informaciją įsigilinti. Dėmesys sutelkiamas į kompensacinius poreikius:

paprasčiausiai dalyvaujama pokalbyje, prasiblaškoma užmirštant savo problemas, pramogaujama, t. y. atsipalaiduojama, niekuo nesirūpinama, kompensuojama savotiška socialinė izoliacija.

Nors atskiras asmuo gali išsiskirti platesniais interesais, tačiau **ir jis nesvarstydamas prisitaiko prie pakitusios paklausos.**

C Žiniasklaidos poveikis

(C_1) ALBERTAS BANDURA (1969) daugeliu tyrimų tikrino, kaip vaikai ***mėgdžioja elgesį*** **pažiūrėję filmą, kuriame rodoma agresija.**

Nustatyta, kad agresyvumas didėja.

Vis dėlto vėlesni tyrimai parodė, kad tai priklauso nuo pasiūlos pobūdžio.

Po juokingų netikroviškų filmų (pvz., agresija multiplikaciniame filme) agresijos potencialas netgi sumažėja (YALOM, 1974).

Iš šio pavyzdžio aišku, kad nėra paprasta įvertinti susipynusius žiniasklaidos poveikius.

(C_2) Galima tvirtinti, kad poveikiai skiriasi pagal laiką (BENESCH, 1968). Iš karto patirtas psichinis poveikis retai sutampa su *ilgalaikiais padariniais.* Būtent pastarieji yra tikroji masių psichologijos problema. Kaip spaudos išradėjai negalėjo numatyti savo išradimo padarinių, taip pat sunku įvertinti naujosios žiniasklaidos ilgalaikius psichinius poveikius.

Kalbant apie kasdienių funkcijų (valgymas, darbas, miegas ir kt.) sferą, yra akivaizdu viena – *informacijos įsisavinimo* sektorius išsiplėtė.

Apskritai pakito sensacingų įvykių *lūkesčiai* (tai matyti iš turizmo bumo).


A₁ Kabinetų sprendimai

A₂ Sprendimų perteikimas

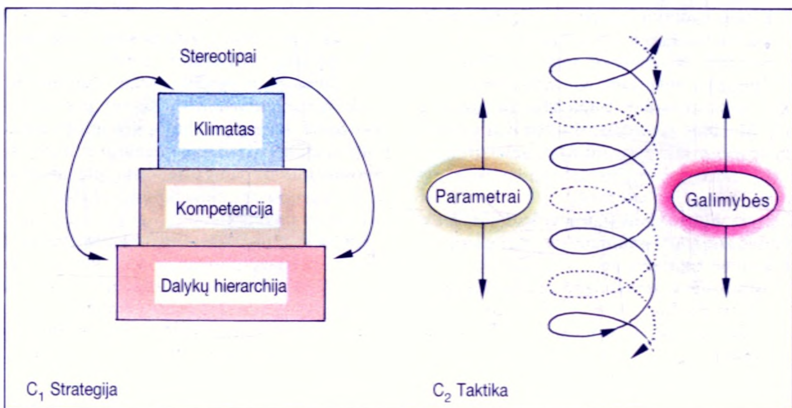
A Valdymo funkcijos



B_1 Vadovų autoritetas

B_2 Valdymo efektyvumas

B Valdantieji asmenys



C_1 Strategija

C_2 Taktika

C Valdymo planas

SIGMUNDAS FREUDAS apie psichoanalitikus rašė, kad jų profesija yra viena iš trijų nepakenčiamų profesijų, nes jie jau iš anksto gali būti tikri, jog liks nepatenkinti savo laimėjimais. Kitos dvi tokios veiklos rūšys, žinomos jau kur kas anksčiau, yra auklėjimas ir valdymas.

Valdymo sėkmę realistiškiausia vertinti istoriškai. Paprastai ji beveik visuomet prieštarauja daugybei (ir iracionalių) lūkesčių, todėl vargu ar galima kalbėti apie „sėkmę". Valdininkų daugialypių interesų pynė dažnai veikia sprendimus ne mažiau negu pavieniai valdymo veiksniai, pirmiausia kuriantys įspūdį, kaip tuo metu sekasi valstybei. Todėl **valdymo psichologija** yra sudėtingiausias masių psichologijos skyrius.

A Valdymo funkcijos

Plačiausia prasme valdymą apibūdina dvi funkcijų sritys:

veikla (arba jos nebuvimas) ir valdymo *pateikimas*.

Abiem atvejais valdymas nėra nepriklausomas, t. y. savarankiškas.

Valdymo galia, tiesa, priklauso nuo konstitucijos (demokratinė, totalitarinė, mišri), tačiau visuomet reikia skirti oficialią ir neoficialią konstitucinę tikrovę. Galia įvairiose valstybėse yra *paskirstyta*, žinoma, skirtingai.

Demokratinėse valstybėse didelę ideologiją formuojančią galią turi susivienijimai pagal interesus (lobistai), pažintys, bendraminčiai, totalitarinėse valstybėse – saugumo tarnybos.

(A_1) Valdymo galia (nevienodai) plačiai naudojamasi priimant sprendimus kabinetuose.

Sprendimai yra susiję su realių įvykių svyravimais, t. y. jie turi smogti lemiamą akimirką (gr. *kairos*), kai dalykas subrandintas tolesnei veiksmingai eigai.

Siekiant valdymo tikslų reikia ir užsispyrimo.

(A_2) Sprendimai visuomet kritikuojami.

Todėl sprendimo pateikimas nėra tiesiogiai susijęs su jo gerumu. Būtina suprantamai ir įtikinamai jį perteikti, pvz., interviu.

B Valdantieji asmenys

Kas prasimuša iki vadovų, jau yra padaręs politinę karjerą, susijusią su tam tikrais asmenybės kintamaisiais:

didelis krūvis, mažiau apmąstymų, gausesni pareiškimai, didesnis domėjimasis aktualijomis kartu su troškimu pasiekti pripažinimą.

(B_1) *Vadovo autoritetas* nepriklauso nuo asmenybės tipo. Autoritetingumas, nelygu aplinkybės, gali būti tiek naudingas, tiek žalingas:

pvz., neprieinamumas kelia didesnę pagarbą, bet ir nepalankų svetimumo jausmą, draugingumas – lengvai kuria pasitikėjimą, bet ir greičiau atsiranda panieka.

Šiaip ar taip, vadovai pripažįstami remiantis ne tik instituciniu, bet ir *natūraliu* autoritetu.

(B_2) Valdymo *efektyvumas*, savaime suprantama, priklauso ir nuo stropumo, tačiau nepriklauso nuo to, ar veiksmingi derybų su bendradarbiais bei plačiosios visuomenės įtikinėjimo įgūdžiai.

Pasitikėjimas, kaip svarbiausia sudedamoji asmenybės įvaizdžio dalis, priklauso nuo vadovavimo stiprumo bei kryptingumo įspūdžio, taip pat nuo gebėjimo atstovauti grupės interesams (a) bei tvirtai gintis nuo priešiškų grupių (b).

C Valdymo planas

Buvusio JAV užsienio reikalų ministro Kissingerio manymu, valdymo planą reikėtų turėti prieš pradedant eiti pareigas, nes tarnybos metu tam nelieka laiko.

Kalbant apie planą, skiriama *strategija* (nedaugelis pastovių ir visuomet aiškiai siektinų svarbiausių tikslų) ir *taktika* (kasdieniai kompromisai, daromi atsižvelgiant į tai, kas pasiekiama).

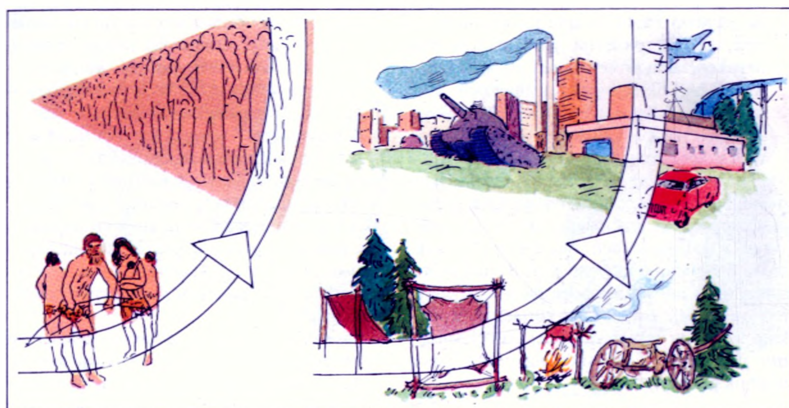
(C_1) Strategiškai svarbu yra *dalykų hierarchija* (svarbiausios valdymo politikos temos, kurias partijos pranešimuose dažnai gražina), *kompetencija* (realistiškai pasvertas naudojimasis valdžia), *valstybės klimatas* (įspūdžių apie valstybės būklę suma). Šie dalykai sukuria stereotipus, t. y. sunkiai kintančius gyventojų požiūrius į gimtąją šalį:

pvz., valstybė kaip savitarnos parduotuvė arba kaip patėvis, kuriam geriau trauktis iš kelio.

(C_2) Sėkmės–nesėkmės spiralė, vaizduojanti judėjimą aukštyn–žemyn, išreiškia valstybės padėtį, kurią sudaro esamos gerovės parametrai bei galimybės, t. y. dabartinį supratimą atitinkanti daugiau ar mažiau pagrįstų lūkesčių visuma.

Po atviromis reakcijomis slypi nematomos nuotaikos, kurios tarsi poelgių potencialas gali neatsiskleisti ilgai, kol neprasiveržia:

pvz., kaip paslėpta rezignacinė demoralizacija arba kaip agresyvus moralinis reaktansas, galintys netgi sudaryti iracionalų mišinį, skatinantį didžiulius masių proveržius.



A Našta aplinkai

Oras

Vanduo

Būstas

Maistas

Drabužiai

Gaminiai

Kultas

Žaliavos

Laisvalaikis

Aukštesnieji poreikiai

Pamatiniai poreikiai

B Reikalavimai aplinkai

Aplinkos psichologija yra naujausia psichologijos šaka. Ji atsirado kartu su padidėjusiu sąmoningumu aplinkos atžvilgiu. Aplinkos psichologijos uždavinys yra nustatyti kiek svarbi yra psichologija sprendžiant pasaulines aplinkos problemas. Yra 3 esminiai požiūriai.

1) Žmogus gyvena savo aplinkoje kaip inde, kuris jį nuolat pozityviai ir negatyviai veikia.

2) Žmogus formuoja aplinką ir tuo radikaliai keičia Žemę.

3) Abi minėtos poveikio kryptys įeina į ekologinę žmogaus ir aplinkos sistemą, susidedančią ne tik iš biotopų, bei ir iš *psichotopų*, t. y. psichologinių gyvenimo erdvės sistemų: priklausomybė nuo oro, landšafto kokybė, gamtinės ir dirbtinės atsargos (pvz., miškas, pramonė ir kt.), gyventojų tankumas, ryšių logistika (mobilumo sistemos, pvz., gatvės, eismo antplūdis) ir siūlomos gyvenamosios erdvės pobūdis (ryšių sistemos arba laisvalaikio toje vietovėje vertingumas), taip pat šių susipynusių veiksnių tinklas.

A Našta aplinkai

Tai, kad žmogus yra našta aplinkai, lemia 2 svarbūs dalykai:

Pirmykščių žmonių populiacijos – keli tūkstančiai individų – nebuvo našta aplinkai: šiandien gyvena vis daugiau milijardų žmonių.

Kita vertus, iki pat kromanjoniečių atsiradimo (prieš 30 000 metų) žmonės apsiribodavo pamatiniais poreikiais, tokiais kaip maistas, būstas, drabužiai, veikla ir poilsis, palikuonys ir kultas. Šiuolaikinio žmogaus poreikiai, pirmiausia išplėtotos pramonės ir energetikos šalyse, pilasi tarsi iš gausybės rago.

Abu dalykai, t. y. tai, kad daugėja ir *gyventojų*, ir jų *poreikių*, reiškia tą patį. Žemė ir jos resursai vis labiau plėšiami, o aplinka teršiama ir pripildoma triukšmo.

Ankstyvaisiais Žemės istorijos laikais susiklostė panaši situacija: mėlynieji dumbliai klestėjo taip sėkmingai, kad galų gale sunaudojo savo gyvenamąjį pagrindą ir patys save pražudė.

Žmonijos „laimėjimai" krypsta panašia linkme. Ankstesnių katastrofų, kaip karai ar maras, fone šiandieninė padėtis tiems, kurie ignoruoja neišvengiamybę, atrodo ne tokia pavojinga. Vis dėlto nūdienos pažanga neišvengiamai veda pasaulinės katastrofos link.

Aplinkos psichologija, kaip praktinė disciplina, irgi padeda kelti sąmoningumą aplinkos atžvilgiu.

B Reikalavimai aplinkai

Kurie žmogaus poreikiai būtini?

Tai objektyviai neišmatuojama. Kad nevargtume, vadinamieji pamatiniai poreikiai (žr. B) turi būti deramai patenkinti. Be to, žmogus siekia užsitikrinti jų patenkinimą ir jo poreikiai tampa per dideli. Savęs lyginimas su kitais skatina savo poreikius plėsti. Ilgainiui juos tenkinti pavargstama, tada ieškoma naujų pasitenkinimo būdų (ar siūlymų). Tai rodo, kad poreikių plėtra yra keleriopai skatinama ir, kalbant apie perspektyvas, neišvengiama. Gyventojų pertekliaus (be naikinančių karų) taip pat neįmanoma reguliuoti, galima tik šiek tiek pristabdyti. Besiplečiantys reikalavimai aplinkai, žvelgiant į tolimą ateitį, galės būti patenkinti greičiausiai tik perkėlus aplinkos patiriamą naštą (kaip, pvz., pramonė) į kitas planetas. Aplinkos problema Žemėje tebėra.

Tolesniuose puslapiuose bus nagrinėjamos svarbiausių aplinkos sektorių specifinės problemos. Tarp jų itin neišsiskirianti yra kulto sritis. Vis dėlto būtų klaidinga neatkreipti dėmesio į šią ne mažiau fundamentalią poreikių sritį (plg. XX). Žmonija nuo pat atsiradimo abstrakčiai nagrinėjo dvasių ir paslaptingų jėgų problemą. Aukojimo bei laidojimo ritualai liudija tų laikų pasaulėžiūras. Daugelis šiandieninių pasaulėžiūrų, priešingai, neteko pripažinimo, t. y. galimybės aiškinti pasaulį, nustatinėti gyvenimo tikslus, kurti prasmes.

Taip atsitiko dėl to, kad dabartinio su aplinka konfrontuojančio žmogaus (pav. B) *pamatiniai* ir *aukštesnieji* poreikiai sudėtingai susipynę.

Senesnės pasaulėžiūros sistemos, tarp jų ir religijos, dar nesvarstė šių klausimų, todėl į juos reikiamai ir neatsako. Ar žmonija išgyvens, priklauso taip pat nuo naujų ir ateityje susikursiančių pasaulėžiūrų formų, nuo to, kiek įtikinamai jos padės žmonijai pažinti išgyvenimo galimybes.

Jau 1911 m. W. HELLPACHAS savo „Geopsichologijoje" nagrinėjo su aplinka susijusią psichologijos problematiką:

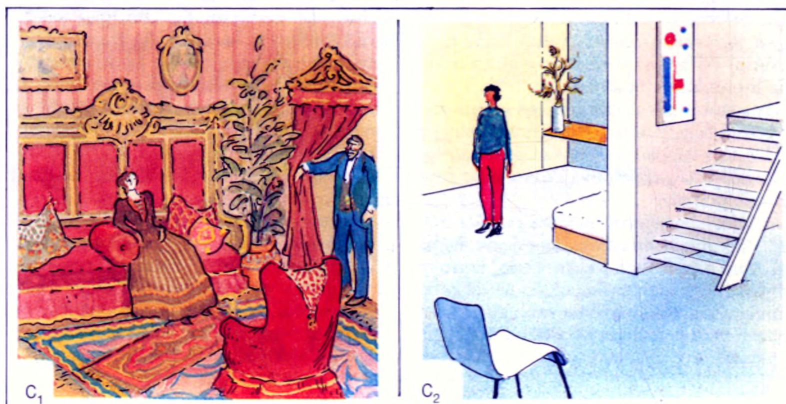
„Gamta aplink mus sudaro trečiąjį mus supantį aplinkos sluoksnį [greta žmonių ir civilizacijos]... Kūną ir sielą su jų prigimties realybe, t. y. su jų paveldu, sąlygotu bendruomenės, civilizacijos bei kultūros, sąmoningai ar (dar daug dažniau) nesąmoningai kiekvieną akimirką veikia gamta".



A Naudojimasis būstu



B Veiklos laukas



C Vaizduojamoji funkcija

Didžioji daugelio žmonių gyvenimo dalis praeina **gyvenamojoje aplinkoje** (greta darbo aplinkos: žr. XX, 1). Čia susikuria šeima, patenkinami ir kompensuojami poreikiai, leidžiamas laisvalaikis ir kt. Todėl nenuostabu, kad būstas yra labai svarbu, o jį pakeitęs žmogus gali jaustis tarsi išrautas iš savo aplinkos. Vis dėlto būstas nėra tik saugumo, bet ir įtampų bei varžybų vieta.
Psichologinė analizė nagrinėja 3 svarbiausias būsto funkcijas: *naudojimosi juo būdus*, būstą kaip *veiklos lauką* ir kaip *savęs vaizdavimo* funkciją.

A Naudojimasis būstu

Net gyvūnai turi guolius. Žmogus juos patobulino.
(A_1) Jau pirmykščių žmonių urvų tapyba byloja, kad tokios vietos buvo puošiamos, o jų funkcijos plečiamos (pvz., kaip kulto vietos). Urvą pakeitė pačių pasidarytos kilnojamos pastogės, panašios į klajoklių palapines, kol pradėjus gyventi sėsliai (tai dar ir šiandien vertinama) buvo pereita į aukštesnę būsto poreikių pakopą.
(A_2) Civilizacijos sąlygoti būsto poreikiai, t. y. vonių, virtuvių, specialių kambarių (pvz., vaikų kambarys) atskyrimas pagal funkcijas, atnešė ne tik naudą – pradėjus gyventi arti vienas kito susiklostė sąlygos įtampai.
Būsto ištaiga nepaprastai skirtinga ir priklauso nuo šalies bei gyventojų sluoksnio.

Kai kurie besivystančių šalių molio nameliai yra „žmogiškesni" už pramoninių šalių daugiaaukščius namus. Kita vertus, niekas kitas taip aiškiai neatspindi žmogaus skurdo kaip lūšna.

Daugumos Žemės gyventojų būsto poreikius riboja finansinės galimybės, neleidžiančios gyvenamuoju būstu (palėpė, miegamasis, valgomasis, vaikų kambarys) naudotis įvairiau (sandėlis nuosaviems daiktams, pastogė svečiams, atskira visų asmenų bei asmeninio gyvenimo teritorija).

B Veiklos laukas

Galima skirti 2 jos formas: *būsto apipavidalinimo darbus* bei *darbus būste*. Abi šios formos kalba apie psichologinę būsto reikšmę.
(B_1) Tiek dėl finansinių priežasčių, tiek dėl mintyse susikurto vaizdo šiais laikais namų apipavidalinime stengiamasi dalyvauti. Tai stiprina tapatumą su savo būstu.
(B_2) Namuose visuomet būdavo dirbama. Ankstesnės amatininkų šeimos dirbtuvė dažniausiai būdavo prie jos būsto. Vaikai susipažindavo su tėvo profesija. XIX a. įsigalint pramonei, gyvenamoji vieta ir darbas buvo griežtai atskirti.
Vis labiau plečiantis nuotoliniams ryšiams netolimoje ateityje būstas vėl turėtų tapti reikšmingu *darbo centru*.

Jei tai vyktų sparčiai, galima tikėtis milžiniškų socialinių-psichologinių padarinių (pvz., moterų darbas, vaikų auginimas).

Būstas drauge yra išgyventos biografijos vieta, jis kelia arba slopina pasitenkinimą gyvenimu. Mažus ir didelius šeimos konfliktus būsto ypatumai irgi veikia:

kokia temperatūra yra tinkamiausia, kurią televizijos programą žiūrėti arba kam atiteks būstas sutuoktiniams išsiskyrus ir pan.

Daugelis gyvenimo problemų susiję su išgyvenimais dėl būsto:

pvz., vaikams palikus namus, išnyksta gyvenimo prasmė arba, atsiribojus nuo kitų, „tuščio" būsto keliamas nuobodulys.

C Vaizduojamoji funkcija

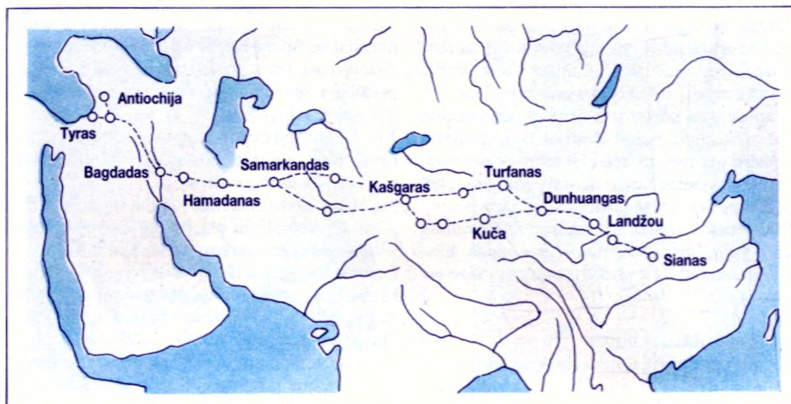
Žmogus save išreiškia ne tik mimika ir gestais, apie save bei savo stilių jis praneša ir būsto apipavidalinimu. Kadangi ši vaizduojamoji funkcija dažnai finansiškai ribojama, žmogus pradeda saviraiškos poreikius *stiprinti* arba *kompensuoti*.

Pvz., *stiprinant* tam tikrą sporto poreikį, namai užverčiami daugybe sporto priemonių. *Kompensuojant* saviraiškos poreikius, pvz., perstatomi seni pastatai ir taip bandoma sukurti nuobodžiai profesinei kasdienybei priešingą pasaulį.

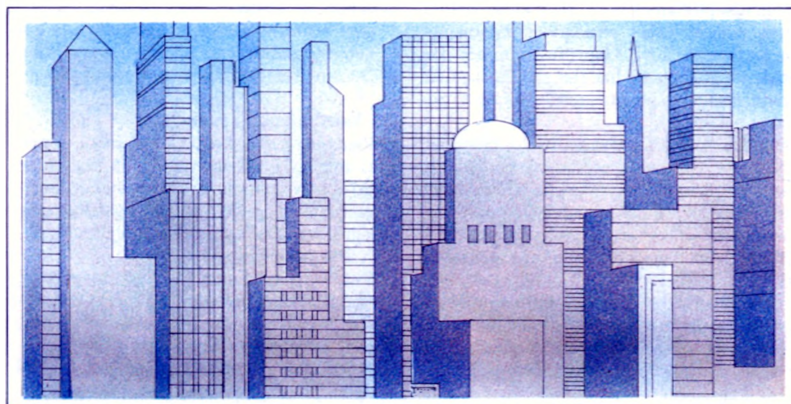
Būstas gali atspindėti daug ką: jaukumą, socialinę padėtį, atsipalaidavimą, atsainumą, taktiškumą, šeimos darną, skonį, romantiškumą ir kt. Patalpų apipavidalinimą labai veikia konformistinė laiko dvasia.

Per *pompastiškumo* apogėjų 1890 m. (C_1) įspūdžiui sužadinti buvo naudojama daugybė reprezentacinių objektų; 1965 m., nuobodumo apogėjaus laikotarpiu (C_2), idealu buvo laikoma grandiozinė tuštuma.

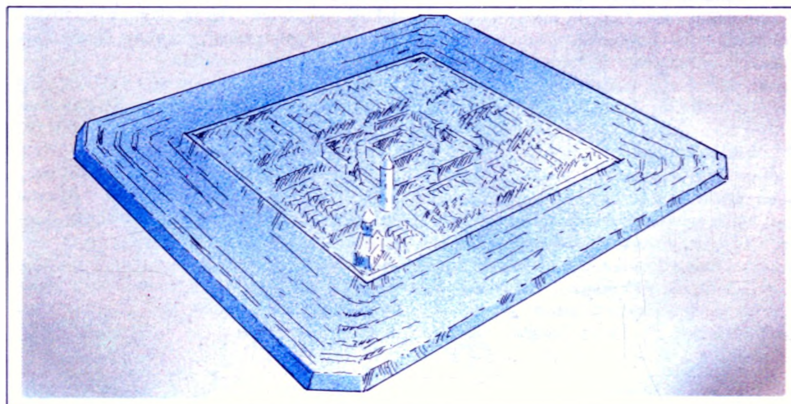
Būstas nėra izoliuotas nuo aplinkos. Miestai ir gamtos artuma (žr. XVI, 3 ir 4) yra neatskiriami nuo būsto vertės ir lygio.
Be to, sklypų būstų statybai nėra be galo daug. Tai taip pat veikia namų ir butų apipavidalinimą. Todėl būsto psichologijos tema liks svarbi ir toliau.



A Miestų struktūros



B Miesto tikrovės išgyvenimas



C Utopiniai miestai

Žodis *urbanitas* lotynų kalba reiškia tiek miesto gyvenimą, tiek rafinuotą elgesį. Viduramžiais buvo sakoma:

Miesto oras išlaisvina.

Nuo JEANO JACQUES'O ROUSSEAU laikų tas pats sakoma ir apie kaimo orą.

Požiūriai į **miestą** yra prieštaringi:

viena vertus, svarbūs jo logistiniai pranašumai (ryšiai ir pasiūla), kita vertus, didmiestis slegia ir skatina anonimiškumą.

Pavyzdiniame aplinkos psichologijos vadovėlyje (ITTELSON, PROSHANSKY, WINKEL, 1977) apie miestą autoriai kalba kaip apie „nenatūralią gyvenamąją vietą", kaip apie „patologišką [...], nes jo istorija žadina gana negatyvias asociacijas".

Šis šmeižtas tradiciškas. Biblija irgi kalba apie „ištvirkusį Babiloną". Kita vertus, beveik visos visuomenės utopijos yra *miesto* utopijos (THOMAS MORUS: „Utopija" – 54 miestų sala; TOMMASO CAMPANELLA'OS įsivaizduojamas tikslas buvo vadinamas „Saulės *miestu*").

A Miestų struktūros

Miestai – žmonių telkimosi padarinys. Prie šilko kelio tarp Kinijos ir Italijos, seniausio pasaulyje prekybos maršruto, iškilo miestai ten, kur susiėjo keliai, taip pat prie kliūčių (kur teko keisti transporto priemones ir toliau keliauti ne sausuma, bet vandeniu); ten, kur vietovė skatino kurti prekyvietes, ilgainiui išaugo kultūros centrai. Budizmas, taip pat tokios iš Vakarų išstumtos krikščionybės sektos kaip manicheizmas ir nestorianizmas per juos prasiskverbė į Rytus.

Pvz., Dunhuangas su savo dailiomis I–XV a. freskomis atsirado ties dviejų dykumos kelių išsišakojimu.

Miestai yra ne tik tam tikri mazgai, bet turi ir daugelį kitų struktūros ypatumų.

Tai *valdomi gyvenamieji vienetai* (skiriami centrinio ir mozaikinio plano miestai; pastarieji apsupti vešinčių gyvenviečių), *prekybos centrai* ir nuo XIX a. išaugę *gamybos centrai* (pramoninės gyvenvietės) – tai *transporto mazgai*, kur galima plėtoti ekonomiką.

Galų gale miestai yra svarbūs *visuomeninės valdžios centrai*. Dėl gyventojų susibūrimo čia prasidėdavo revoliucijos, įsitvirtindavo religijos su savo bažnyčiomis; miestuose per knygas, teatrą bei laikraščius gyventojus greičiau pasiekdavo kultūros naujienos.

Miestai nuo užmiesčio atsilieka tik žmonėms teikiamomis *galimybėmis ilsėtis*.

B Miesto tikrovės išgyvenimas

Gyvenimo kokybė miestuose, aišku, yra labai įvairi. Tokie miestai kaip Kalkuta ar Paryžius, Rio de Žaneiras ar Tokijas tarpusavyje neturi nieko bendro. Tačiau yra keletas panašių tipiško miesto tikrovės išgyvenimo tendencijų.

Nuo XIX a. visame pasaulyje (be kai kurių išimčių) keliamasi iš kaimo į miestą:

JAV XIX a. pradžioje miesto gyventojų buvo 6%, o dabar – 70%. Kai kuriose šalyse, kaip rodo tikslesni gyventojų tyrimai, 15–30% gyventojų gyvena 5% šalies plote (GOTTMAN, 1966).

Dėl gyventojų susitelkimo atsiranda daugiau dirgiklių, gausėja teršalų, o tai reikalauja apskritai daugiau gyvenimo energijos. Vien eismo sangrūdos rodo, kad įtampa miestuose didesnė. Atitinkamai miestuose didesnis ir nusikalstamumo procentas. MILGRAMAS (1974), išgarsėjęs autoritetų tyrimais, nurodė, kad didmiesčiuose *sumažėjusi žmonių atsakomybė*. Šių slegiančių situacijų padariniai matomi iš sergamumo.

Netgi tokiame pavyzdiniame didmiestyje kaip Stokholmas sergamumas apie 30% didesnis negu visoje Švedijoje.

Už didmiesčių gyvenimo sąlygų pranašumus (kultūros, sporto ir kt. pasiūlą) didesnė dalis gyventojų moka tuo, kad gyvena anonimiškai ir atsiskyrę.

Žvelgiant į *Niujorko* (pav. B) namų sienas matyti, kaip stebėtinai žmogus sugeba prisitaikyti prie miesto tikrovės.

C Utopiniai miestai

ALBRECHTAS DÜRERIS 1527 m. buvo vienas pirmųjų, galvojusių apie „idealų miestą".

Jo miesto plano rekonstrukcija (pav. C) – kariškai įrengtas miestas, kuris, matyt, buvo priešpriešinamas Viduramžių miestų netvarkai.

Prie tokių itin „drausmingų miestų" priartėjo XX a. septintojo dešimtmečio architektai: nenorėdami atsilikti nuo gyventojų gausėjimo, jie suprojektavo milžinišką statinį virš jūros šimtams tūkstančių žmonių.

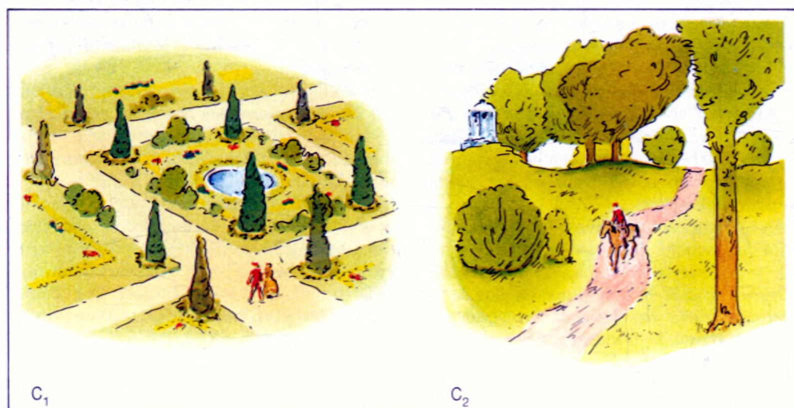
Miesto problema tebėra neišspręsta. Dar tik bendrais bruožais egzistuojančios architektūros bei miesto psichologijos požiūriu, visų pirma didesnės kaimynų vienybės labui reikėtų sumažinti anonimiškumą. Dėl naujų techninių ryšių priemonių neišvengiamai keičiasi ir žmonių susitikimų pobūdis.



A Gamtos psichologija



B Susidūrimas su gamta



C Gamtos apipavidalinimas

Ilgą laiką gamta ir civilizacija atrodė nesuderinamos priešybės. Tačiau kaip stipriai bet kuri kultūra ir civilizacija susijusios su natūralia **gamta**, krikščioniškajame Vakarų pasaulyje užmiršta kur kas labiau negu Azijos kultūroje. Apie tai susimąstyta tik iškilus grėsmei dėl žalojamos gamtos ir katastrofiškų to padarinių.

A Gamtos psichologija

Kaip gali žmogus elgtis su gamta?
Gali prie jos prisitaikyti, ją išnaudoti, jos baimintis, ją įvaldyti, formuoti požiūrius į ją, ją tyrinėti, piešti arba pertvarkyti ir kt.

Gamta ragina žmogų daug kam. Mokslo prasme ji yra gamtos mokslų bei gamtos filosofijos tyrimo objektas. Tarp jų įsiterpia ir gamtos psichologija, nagrinėjanti tiek gamtos suvokimą, tiek žmogaus elgesį su ja.

(A_1) *Gamtos suvokimas* selektyvus, t. y. žmonės ją mato ir girdi tik fragmentiškai.

Paukščių balsus aiškiai suvokti galima tik išmokus skirti bent keleto iš jų čiulbėjimą; iki tol girdime vien neaiškų triukšmą.

Neužmirštamų išgyvenimų tyrimai (žr. VI, 9) rodo, kad gamtos išgyvenimai dažniau nei kiti pozityviai veikia žmogų. Daugelis mielai prisimena saulėlydžius kalnuose. Emociškai praturtina situacijos skleidžiama ramybė bei saugumas. Gamtos išgyvenimams galima priskirti ir jaudinančius nuotykius, pvz., jūroje.

(A_2) *Elgesys su gamta* – neaprėpiama sritis.

Vienas ankstyviausių pavyzdžių – gyvūnų prijaukinimas bei jų veislinė atranka. Gyvūnai, kurie palengvino žmogaus gyvenimą, drauge tapo jo palydovais, saugotojais ir draugais.

Toliau žmogus organine ir neorganine gamta naudojosi vis didesniais mastais, kol šis „naudojimasis" ėmė grėsti jo gyvenimui. Tik palaipsniui klostosi biotopų, kaip glaudžios medžiagų, augalų, gyvūnų, klimato ir kt. sąveikos, bei atitinkama psichotopų samprata, taip pat nuomonė, kad glaudi gamtos, civilizacijos ir kultūros sąveika yra žmogaus išgyvenimo sąlyga.

B Susidūrimas su gamta

Noromis nenoromis žmogus nuolat susiduria su gamta.

Pozityviu požiūriu – jis ja naudojasi, pvz., atostogaudamas, negatyviu požiūriu – ji jam grasina katastrofomis.

(B_1) Per atostogas daugelis važiuoja į paplūdimius maudytis, dykinėti ir kt. Be įprastos atostogavimo motyvacijos (žr. XX, 13) „kaupti jėgas", gamta galima pasinaudoti norint pabėgti nuo kasdienybės (eskapizmas), sužadinti anksčiau matytų kraštovaizdžių nostalgiškus prisiminimus, taip pat kaip hobi (rinkti gėles), kaip vietove keliauti, kaip laimėjimų vieta (pvz., alpinizmas) ir daugeliu kitų būdų.

(B_2) Gamtos katastrofos žmogui rodo, kad jis nėra visagalis. Žemės drebėjimai, potvyniai, uraganai, kaitra, šaltis, sniego masės ir jo griūtys yra pavyzdžiai, liudijantys santykinį žmogaus bejėgiškumą gamtos atžvilgiu ir jo gyvenimo trapumą.

C Gamtos apipavidalinimas

Nuo senovės yra skiriama natūrali gamta (*natura naturans*) ir puoselėjama gamta (*natura naturata*). Gamtos apipavidalinimas žavi daugelį žmonių. Matyt, jie nori bent iš dalies susigrąžinti rojų, kurį aprašo visos žinomos religijos, mininčios ir ištrėmimą iš jo.

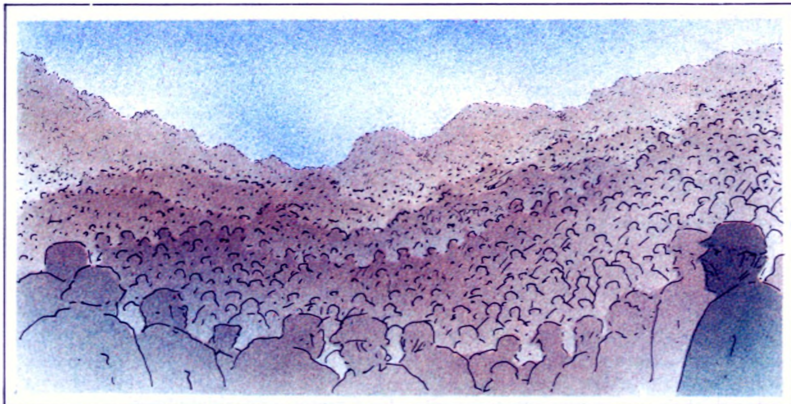
Pasodintas augalas yra kažko naujo gimimo simbolis arba pakaitalas. Gamta siūlo plačias „gamtos architektūros" galimybes. Parkų meno istorija labai įdomi psichologine prasme. Pagal parko apipavidalinimą galima spręsti, kaip tuo metu buvo suvokiama gamta, ir šiek tiek atkurti kitaip sunkiai apčiuopiamą pasaulėžiūrą.

Gamtos simbolika atsispindi krikščionybėje (šventųjų simboliai), islame (gėlėti kilimai), budizme (budos medis), daosizme, arba konfucianizme (tvenkiniai su lotosų sodais).

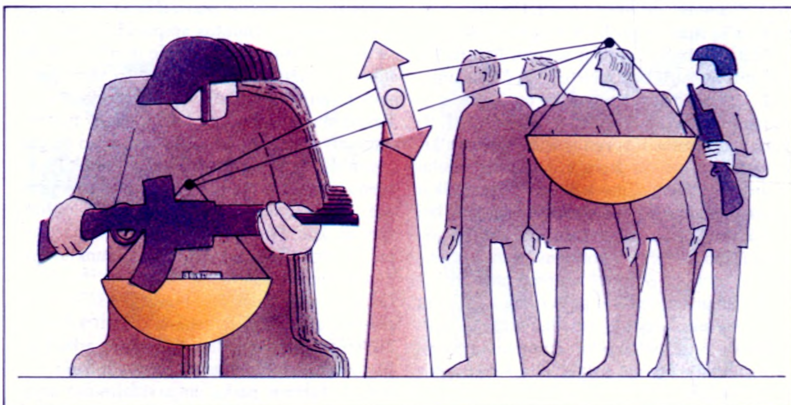
Yra 2 svarbios parkų apipavidalinimo kryptys, turinčios tam tikrą psichologinę prasmę:

senesnis prancūziškasis baroko parkas yra racionalesnis, o vėlesnis angliškasis parkas, priešingai, empiriškesnis. Vienas parkas (pav. C_1) yra labiau įrėmintas, kitas (pav. C_2) – natūralesnis.

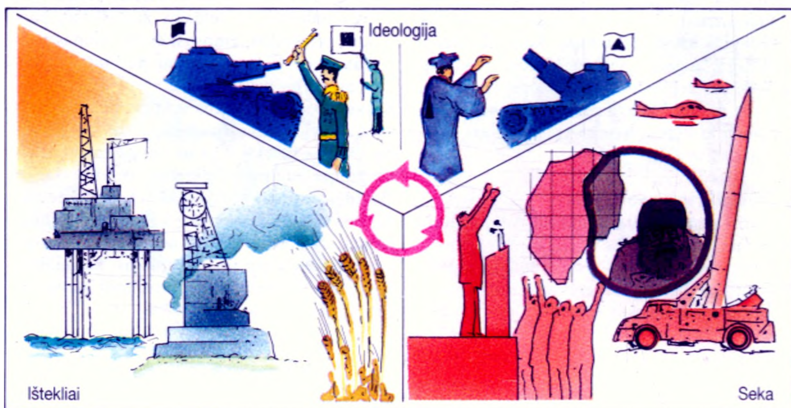
Stiprus polinkis parkus apipavidalinti netiesiogiai byloja apie šiuolaikinį žmogų ištikusią gamtos netektį. Čia jis tampa savarankišku apipavidalintoju, šiame veiklos lauke skleidžiasi jo kūrybiškumas; vis dėlto nemažai privačių želdynų rodo, kad jų šeimininkai gamtai svetimi: vietovei netinkami sodiniai, nenatūralūs deriniai, augalams kenkiantis tankumas. Dažnai tarp gamtos troškimo ir jos supratimo žioji praraja.



A Grobis



B Tariamas būtinumas



C Perdėtas ideologizavimas

Labiausiai aplinką naikina karai. Per abu pasaulinius karus sugriautas milijonų žmonių gyvenimas, sunaikinta galybė materialinių vertybių ir apskritai daugybė žmonių (nors kai kurie iš jų tai subrandino) tapo šiurkštesni. Nuo atominės bombos sukūrimo žmonijai išvengti karų, vadinasi, – išgyventi.

Psichologija karo veiksmus aiškina dvejopai: psichologiniam karui kaupiamos priemonės, kuriomis psichologiškai žalojami priešai;

Taikos tyrimų psichologija, priešingai, daugiausia nagrinėja karų priežastis, kad būtų galima jų išvengti.

A Grobis

Kariaujama paprastai dėl materialios naudos. Pelnomasi nebūtinai tik užimant žemes, užgrobiant žaliavas, pavergiant žmones (trejopa karų nauda). Neretai pasitaiko ir iracionalių priežasčių kaip, pvz., dažnai perdėti saugumo poreikiai arba neapykanta tariamai menkesniems kitos šalies žmonėms, tai irgi svarbu emociškai skatinant kariavimo aistras.

Kalbant apie *grobį*, pelną, galima tikėtis įvairiai dominančios naudos, kuri, atrodytų, turi atsverti karo padarysimą žalą. Kaip rodo praktiniai taikos tyrimai, laimėtojų nauda retai viršija karo išlaidas.

Nežiūrint į tai, prieš pradedant kariauti paprastai padėtis atrodo tokia negatyvi, jog pranoksta karo žadinamas neracionalias viltis.

Kai šalies gyventojų smarkiai padaugėdavo, dažnai būdavo kariaujama siekiant užimti žemes. Netgi bandymai su gyvūnais parodė, kad populiacijai labai išaugus agresija gerokai padidėja. Žmonių Žemėje sparčiai daugėja.

Jei gyventojų prieaugis išliktų toks pat, po 500 metų Žemės gyventojų tankumas būtų toks kaip pavaizduota.

Žinoma, taip nebus. Dar iki tol arba Žemės gyventojus sunaikins atominė katastrofa, arba (tai ir yra taikos tyrimų užduotis) išteklių problemos bus išspręstos taikiai.

B Tariamas būtinumas

Ši karo priežasčių grupė sunkiausiai suvokiama, ji dar vadinama psichologine priežastimi. Situacijos rutuliojasi tam tikra kryptimi (vidinė seka): tai yra psichologinis būtinumas.

Pamažu stiprėja įspūdis, kad kitas tapo per daug pavojingas arba per silpnas. Viena vertus, kai bijoma prarasti valdžią (apskritai prarasti savo veidą), kyla noras užpulti profilaktiškai (užkirsti kelią pavojui); antra vertus, manymas, kad kitas bejėgis, skatina pasinaudoti jo ištekliais. „Nervų karo" atveju mėginama spausti grasinant ir terorizuojant, kol susiklosto kritinė padėtis, kuri atrodo išsprendžiama tik karu.

Tokie valdžios mechanizmai dažniausiai neapmąstomi, jie veikia kaip savaime suprantami dalykai, pvz., valdingo pasitikėjimo savimi atveju arba karingo godumo atveju. Todėl vienodai pavojinga ginkluotis ir per mažai, ir per daug. Objektyvių kriterijų abiem atvejams nėra.

C Perdėtas ideologizavimas

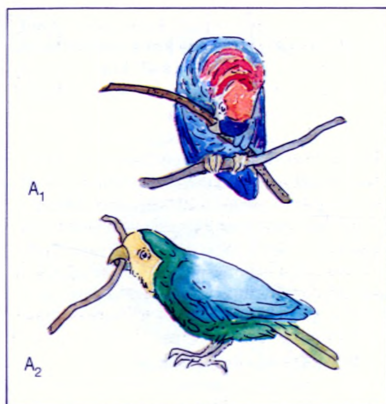
Dvasinis gyvenimo antstatas nėra tik individualus poreikis. Žmonių grupės, tautos, siekiančios turėti aiškią kryptį, plėtoja religijas, ideologijas, pasaulėžiūras.

Šių dvasinių sistemų ypatumas yra jų pretenzijos žinoti „tikrąją tiesą". Kartu manoma, kad visi kiti, jei tokios pasaulėžiūros nepripažįsta, yra užvaldyti iliuzijų, klysta arba yra piktavaliai. Taigi juos reikia įkalbėti, įtikinti, blogiausiu atveju priversti patikėti tam tikros pasaulėžiūros „tiesa".

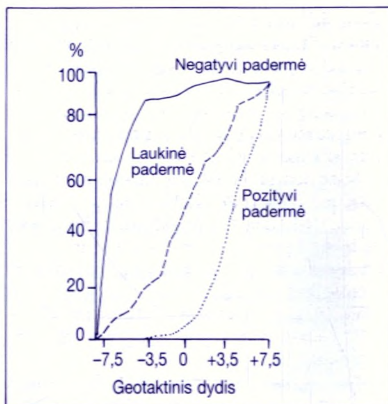
Daugelis karų, kaip Trisdešimties metų karas, buvo religiniai karai, žinoma, be to, ir grobio bei tariamo būtinumo karai (t. y. kilę daugiau ar mažiau dėl neracionalių priežasčių). Pirmoji karo dingstis dažniausiai yra šių trijų priežasčių sampyna.

Paprastai imama menkinti pavojų (karas ilgai nesitęs; priešininkas netrukus supras, kad turi pasiduoti ir t. t.), pervertinamos jėgos (žinomas tik pačių pasirengimas karui ir manoma, kad jis geresnis), pernelyg pasitikima ginklais (prieš karo pradžią dažniausiai atrandamos naujos ginklų sistemos), nepakankamai įvertinamas priešas (tariama, jog ideologine prasme jis menkavertis, taigi jo gynybinė energija negali būti didelė).

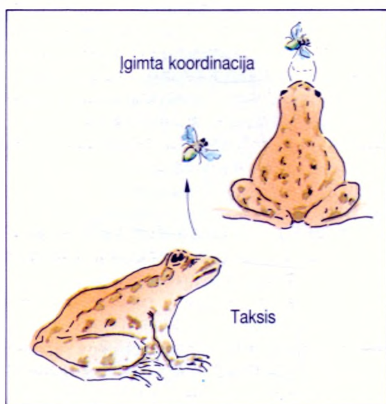
Kelio užkirtimas karui kaip psichologinis uždavinys *nevienareikšmis*. Turi būti atskleista tai, kad minėtos priežasčių grupės viena kitą stiprina ir karo pavojus didėja spirale (vadinamasis RICHARDSONO procesas); į tai turėtų būti žvelgiama kaip į psichologiškai susijusius dalykus; mat išorinė taika yra neatskiriama nuo vidinės daugumos gyventojų santarvės.



A Elgsenos elementų derinys



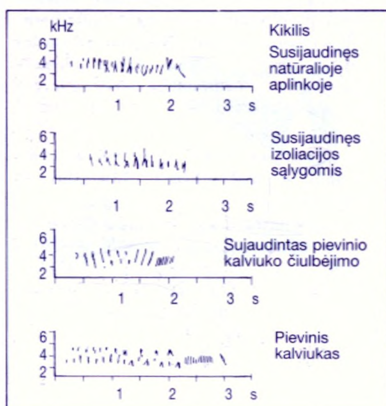
B Veisimo atranka



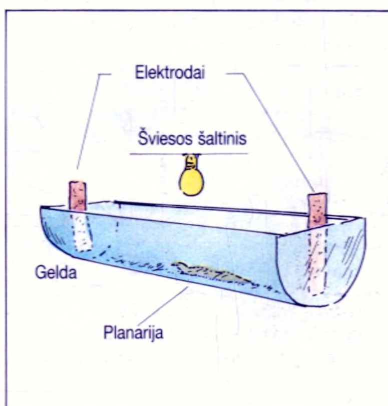
C Įgimta elgsena



D Išmokta elgsena



E Įprotis



F Sąlygojimas

Zoopsichologijos istorija permaininga. Šios mokslo šakos pagrindėjas, R. A. STAMMO (1978) nuomone, yra prancūzų tyrinėtojas RENÉ ANTOINE FERCHAULT DE RÉAUMURAS (1683–1757), kuris 6 tomų veikalu supažindino su tiksliais vabzdžių stebėjimais (naudojant stebėjimo vamzdelius stiklinėmis sienelėmis) ir susiturėjo nuo sužmoginančių svarstymų (antropomorfizmų). 1859 m. (DARWINO „Rūšių kilmės" išleidimo metais) GEOFFROY SAINT-HILAIRE pirmą kartą apibūdinti gyvūnų (vėliau iš dalies ir žmonių) studijoms jų natūralioje aplinkoje pavartojo „etologijos" sąvoką.

Nuo 1911 m. OSKARAS HEINROTHAS (1871–1945) dėjo pamatus šiandieninei etologijai kaip elgsenos biologijai (vėliau: KARL VON FRISCH, OTTO KOEHLER, KONRAD LORENZ, JULIAN HUXLEY, NIKOLAAS TINBERGEN, ERICH VON HOLST ir kt.). Tad dabartinė zoopsichologija yra „gyvūnų elgsenos tyrinėjimas".

A Elgsenos elementų derinys

Gyvūnų elgsena priklauso nuo jų struktūros, ypač nervų sistemos, lygio: kuo šis lygis aukštesnis, tuo elgsena sudėtingesnė. Ją galima skirstyti pagal tai, kas *kyla* (dirginimo struktūros), kaip tai *apdorojama* (nervų sistemos) ir kaip *reiškiasi* (pvz., grobuoniška katės elgsena: sėlinimas, griebimas).

Elgsena paprastai yra tam tikrų sudedamųjų dalių derinys. Tai tinka ir skirstant pagal apdorojimo pobūdį. Tokie veiksniai (remiantis ankstesniu apytikriu skirstymu) kaip paveldėjimas (paveldimumas) ir aplinka (prisitaikymas mokantis) retai atskiriami, nes *abu* veikia elgesį. Tiesa, kartais bandoma juos atskirti eksperimentiškai.

Vienų rūšių papūgos žaliavas lizdui sukti neša tarp plunksnų (A_1), kitų – snape (A_2). Sukryžminus abi rūšis (W. C. DILGER, 1962) matyti, kad hibridai elgiasi *nekoordinuotai*. Žaliavas nešti plunksnomis nepavyksta, nes nepaveldėti tam tikri elementai (pvz., gebėjimas įsprausti jas tarp plunksnų).

Bandymai su ešeriais (D. FRANCK, 1979) parodė, kad hibridai prarastų elgesio elementų *nebeišmoksta*.

B Veisimo atranka

Gyvūnai prijaukinimui buvo atrenkami pagal tam tikras savybes: buvo siekiama didesnės naudos, tačiau rūpėjo ir tam tikra elgsena, pvz., kadaise pavojingų romėniškųjų sarginių šunų agresija buvo sumažinta, ir šiandien jie yra visiškai taikūs Berno aviganiai. Dirbtinės atrankos eksperimentams buvo pasirinktos greitai besidauginančios rūšys.

HIRSCH ir ERLENMEYER-KIMLING eksperimentas išryškino, kad *musės drozofilos* savybės pakito 48-ojoje kartoje (pozityvi padermė; galima palyginti su negatyvia ir laukine paderme).

C Įgimta elgsena

Įgimta elgsenos programa apibrėžiama įvairiai. Gryni (nesąlyginiai) refleksai, pvz., mirksėjimas skiriami nuo „įgimtos koordinacijos", t. y. dažnai ir stipriai kintančių veiksmo impulsų. Tokios rūšiai būdingos veiksmų sekos persipina su sudedamosiomis taksio dalimis,

pvz., iš dalies išmoktas varlės pasisukimas į musę, kol pirminė įgimta koordinacija virsta gaudymo refleksu.

D Išmokta elgsena

Imprintingas – išmokimo procesas, pasireiškiantis įgimtų gebėjimų dėka ir atskleidžiantis rūšiai būdingą mokymosi imlumą (įgimti elgsenos sukėlėjai) kritiniais mokymosi laikotarpiais. Pirmiausia išmokstama sekti iš paskos:

ančiukas elgsenos mokymo karuselėje ima sekti muliažą, kurį renkasi ir vėliau.

Kiti išmokti veiksmai yra lytinė partnerystė, objektų fiksacija ir čiulbėjimas.

E Įprotis

Pozityvaus įpročio atveju, pvz., jauniklis jo rūšiai būdingą čiulbėjimą antrųjų metų pavasarį papildo vietiniu „dialektu".

Kikilis savo čiulbėjimą papildo *įprantamu* pievinio kalviuko čiulbėjimu.

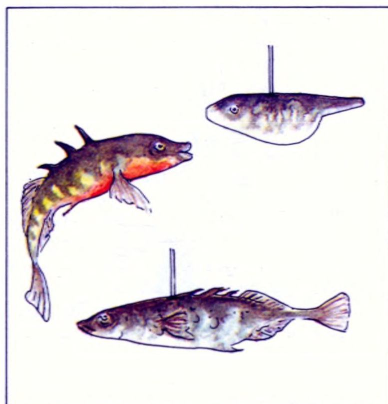
Negatyvaus įpročio atveju, pvz., kai dirgikliai nesukelia neigiamų padarinių ir išlieka vienodi, nyksta sprukimo elgsena.

F Sąlygojimas

Sąlyginius refleksus (žr. VII, 1) galima sudaryti net paprastiems gyvūnams, pvz., kirmėlėms.

Elektrošokas, kaip nesąlyginis dirgiklis, buvo susietas su neutraliu šviesos dirgikliu. Po to, kai kelis kartus vienu metu buvo pateikti abu dirgikliai, neutrali šviesa tapo sąlyginiu dirgikliu, dabar jau galinčiu sukelti sprukimo reakciją, kaip ir nesąlyginis elektros dirgiklis.

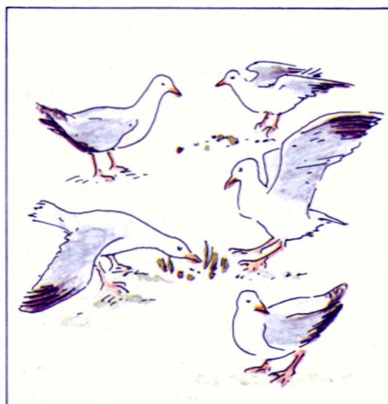
Toks paprasčiausias išmokimo procesas, nelygu gyvūnų išsivystymo lygis, yra papildomas dinamiškais stereotipais ir galų gale išsiskleidžia kaip protinga elgsena, būdinga tik labiausiai išsivysčiusių rūšių gyvūnams (žr. XVII, 6). Šį evoliucinį papildymo principą galima laikyti pagrindiniu visos psichologijos principu.



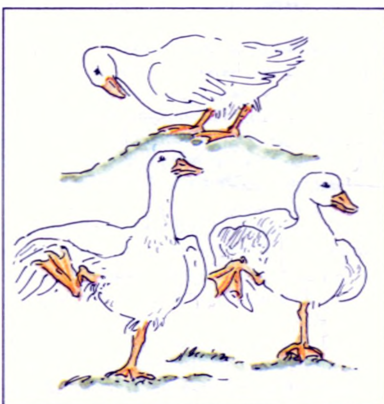
A Elgsenos sukėlėjai



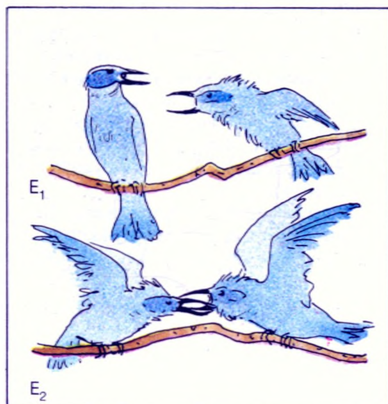
B Elgsenos stiprumas



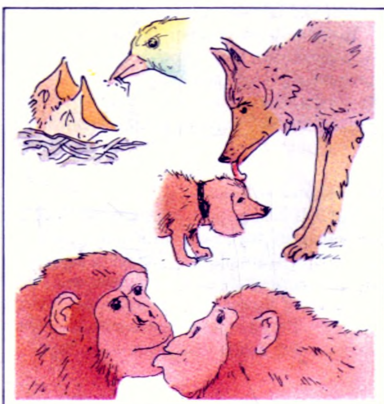
C Maitinimosi reikšmė



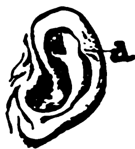
D Rūpinimosi reikšmė



E Kovos reikšmė



F Ryšio reikšmė



Į savo 2-ąją didelę knygą „Žmogaus kilmė" DARWINAS įdėjo šią skulptoriaus WOOLNERIO nupieštą ausį: tyrinėtojo dėmesį patraukė „išsikišęs taškas a", būdingas, jo pastebėjimu, kai kurių žmonių ausims. DARWINAS tai aiškino kaip „ankstesnės tiesios ir siaurėjančios ausies viršūnėlės liekaną". Šiandien ši kremzlė vadinama „Darvino gumbu".

Tokių ankstesnių pakopų „liekanų" yra ir žmogaus psichikoje. Atskleisti biologinę **elgsenos reikšmę**, t. y. jos **semantiką**, gali padėti socialinė biologija (E. O. WILSON) ir dalis etologijos. Mėginant suprasti gyvūnų elgseną, ypač svarbūs 4 klausimai:

Kas ją *sukelia*, kaip kinta jos *stiprumas*, kokią biologinę *reikšmę* ji turi, kaip ta reikšmė ir jos grįžtamasis ryšys *veikia* paties individo bei kitų elgseną?

A Elgsenos sukėlėjai

Instinktyvią elgseną dažniausiai *sukelia* kuris nors vienas požymis.

Bandymai su žuvų muliažais rodo, kad trispyglė dyglė labiau linkusi poruotis ne su realistišku, bet su stipriau išreikštu muliažu. Mat viršutinės nerealistiškos žuvies storas pilvas, t. y. elgsenos sukėlėjas, ryškesnis nei apatinės žuvies.

Žmonių mada ir kt. taip pat sustiprina tokius signalus.

B Elgsenos stiprumas

Įgimtų elgsenos programų eigos formos kinta nežymiai, tačiau, kaip matyti iš bandymų su muliažais, gali kisti jų intensyvumas.

Kikilio patelės reikalavimas ją apvaisinti gali svyruoti nuo silpno (viršuje) iki stipraus (apačioje).

C Maitinimosi reikšmė

Po TH. SCHJELDERUP-EBBE'S „kapojimosi tvarkos" atradimo, imta kaupti žinias apie įvairių rūšių gyvūnų maitinimąsi pagal rangus.

Kol aukštesnio rango gyvūnai maitinasi, priklausantieji žemesniam rangui turi laukti savo eilės.

D Rūpinimosi reikšmė

Gyvūnai prižiūri savo kūną ne tik higienos sumetimais.

Be 1) *švarinimosi* (plunksnų, plaukų ir kt. valymasis), galima paminėti tokius valymosi judesius kaip 2) *jaukumo paieškos* (KORTLANDT), 3) *pasitenkinimo* išraiška (pvz., purtymasis, kasymasis), 4) fiziologinę pusiausvyrą atstatantis *rąžymosi sindromas* (TEMBROCK) ir 5) *perkėlimo judesiai* (TINBERGEN: pvz., kai dėmesys perkeliamas į kasymąsi).

Perkėlimo judesių pavyzdys atskleidžia rūpinimosi (jaunikliais) veiksmų reikšminę įvairovę. Perkėlimo veiksmų griebiamasi tada, kai per daug stipriai susijaudinama ir kai nepavyksta to jaudulio sumažinti.

Dažniausiai susijaudinama, kai susiduria 2 prieštaringos tendencijos, pvz., pulti ar sprukti, tuomet vietoj to, kad pasielgtų vienaip ar kitaip, gyvūnas ima valytis (žmogus sutrikęs kasosi galvą), tai yra dar nepadaryto sprendimo pakaitalas.

Kūno priežiūros funkcijos, kaip „jaukumo išraiška", vadinamos „komforto judesiais" (BAERENDS).

E Kovos reikšmė

Paprastai polinkį kovoti galima numatyti, tam tikra prasme tai gali saugoti nuo per dažno agresyvumo.

Į grasinamuosius gestus (E_1) dažnai atsakoma nuolankia laikysena: tuo pripažįstamas paties silpnumas ir siekiama sustabdyti puolimą. Iš tikrųjų kovos (E_2) eiga gali būti ritualizuota.

Išskirtiniai yra kovos *žaidimai*, kurių ketinimai nerimti (žaidimai pagal taisykles); jie irgi gali vykti ritualizuotai.

F Ryšio reikšmė

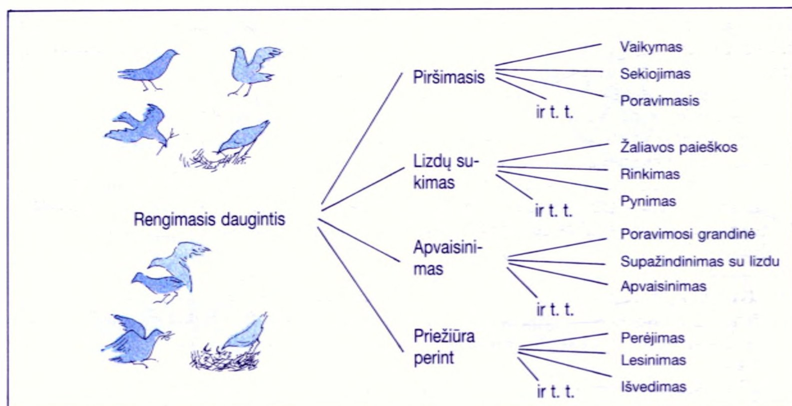
Gyvūnų (ir žmonių) socialiniai ypatumai labai įvairūs,

pradedant paukščių jauniklių prašančiais garsais, baigiant socialine išmalda ar svetimųjų valymu.

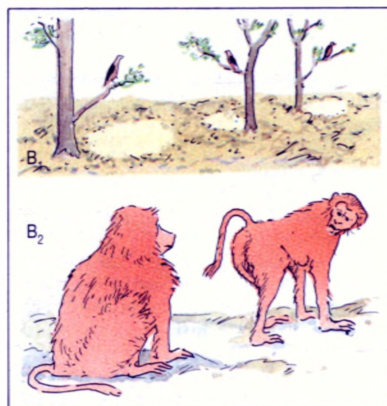
Ryšių reikšmė nevienareikšmė – tas pats gestas gali reikšti daug ką, nelygu kontekstas.

Žmogaus antakio pakėlimas gali būti atidumo išraiška arba tylus pasveikinimas, tačiau gali reikšti ir flirtą, ironiją, netikėtumą, smalsumą, nepasitenkinimą, aroganciją, atmetimą, išskirtinumą, nustebimą, kvietimą.

Nežodinės reikšmės sunkiai suprantamos ne tik dėl įvairovės. Jas užgožia žodinės reikšmės.



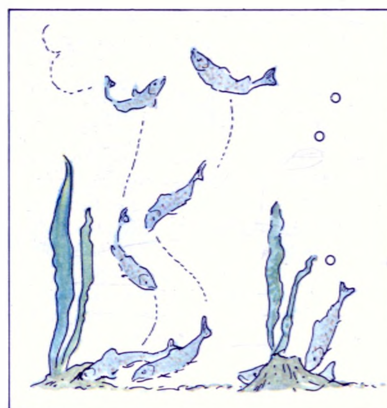
A Dauginimosi fazės



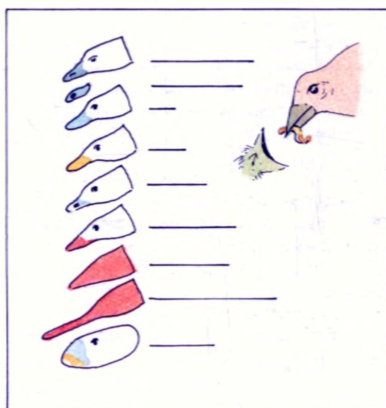
B Piršimasis



C Lizdų sukimas



D Apvaisinimas



E Priežiūra perint

Kadangi lytinis ryšys yra svarbu **dauginimuisi** bei rūšies išsaugojimui, jį bandoma užtikrinti sudėtinga elgsenos sistema. Šią sistemą apibūdina daugybė veiksnių ir tarpusavyje susijusių fazių. Kaip tai yra sudėtinga, rodo elgsenos priklausomybė nuo metų laikų.

Paukščiai giesmininkai savo dauginimosi teritorijas gina tik pavasarį. Rengimasis poruotis, sukti lizdus, perėti, penėti yra skirtingos viena po kitos sužadinamos fazės.

A Dauginimosi fazės

Remiantis N. TINBERGENO (1942) dauginimosi skirstymu į fazes yra 4 rengimosi daugintis tarpsniai:

piršimasis, lizdų sukimas, apvaisinimas, priežiūra perint.

Visos fazės ir atskiri veiksmai jų metu yra genetiškai užprogramuoti. Kaip tai tinka gyvūnams, rodo kai kurioms jų rūšims būdinga piršimosi trukmė.

Margaspalvės musinukės peršasi trumpai. Daroma išvada, jog dėl to šių rūšių musinukės dažniau poruojasi su daugeliu partnerių, peri netvarkingai ir palieka lizdus su dar neišaugintais jaunikliais.

Matyt, nuo piršimosi trukmės priklauso ir trijų tolesnių rengimosi daugintis fazių stabilumas.

B Piršimasis

Piršimosi elgsena daugeriopa: ji padeda poruotis, vaikyti konkurentus, slopinti baikštumą bei derintis prie partnerio, kad būtų įmanoma jį apvaisinti.

Kai kurių paukščių patinėliai išvalo poravimosi vietą ir, atsitūpę ant virš jos esančios šakos, užtraukia poravimosi giesmę (pav. B_1), kiti atsistoja priešais pasirinktą partnerę ir išskleidžia uodegas kaip povai.

Taigi poravimosi elgsena rodo, jog yra daug porūšių, ir padeda juos skirti.

Daugumos rūšių peršasi patinėliai, kai kurių – patelės; dar kitoms rūšims būdinga ir viena, ir kita.

Kai kurių rūšių beždžionių patelės, ragindamos patiną, atsuka lyties organus (B_2).

Poravimosi terminas vartojamas paprastai kalbant apie paukščius ir žuvis, o kalbant apie žinduolius sakoma rujojimas.

C Lizdų sukimas

Šios fazės elementai reiškiasi peršantis daugeliui žuvų ir paukščių:

prisiviliota patelė supažindinama su lizdo vieta arba paruoštu urvu; tuo siekiama jai sukelti „lizdo nuotaiką" ir norą šį lizdą pasisavinti.

Dauguma rūšių vis dėlto lizdą sukti pradeda tik po poravimosi. Kiekviena rūšis tai daro savaip.

Prie paruošto lizdo intensyviai pratinamasi, pvz., atliekant sveikinimosi ir pasisavinimo ritualus (pav. C).

D Apvaisinimas

Rūšis galima skirti ir pagal labai skirtingus populiacijos būdus. Kokie jie sudėtingi, rodo trispyglių dyglių poravimosi ir kopuliacijos eiga: kiekviena reakcija sukelia partnerio reakciją:

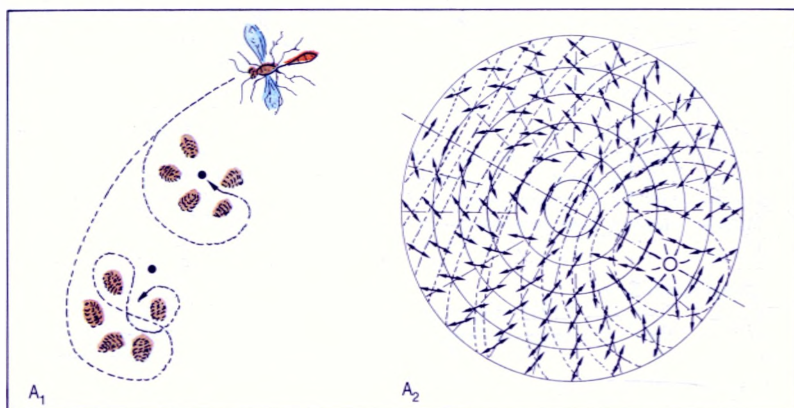
storapilvė patelė paskatina patinėlį šokti zigzagais, po to jis patelę lydi iki urvo landos. Kai ji įsmunka vidun, patinėlis duoda ženklą išleisti ikrus ir pasirūpina jų apvaisinimu.

Dauguma šios grandinės elementų sužadinami vaizdiniais dirginimo signalais; taktiliniai dirgikliai ragina dėti kiaušinėlius, cheminiai (tikriausiai ir taktiliniai) – juos apvaisinti.

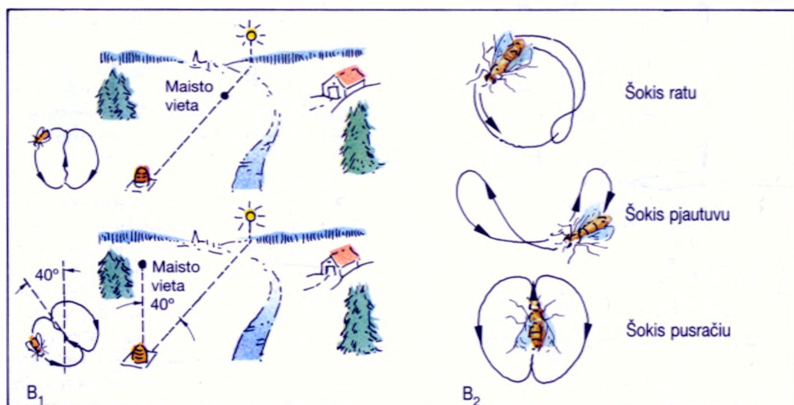
E Priežiūra perint

Perėjimo elgsena paprastai apima perėjimo (ar išnešiojimo) bei penėjimo (ar papildomos globos) fazes. Perėti (kalbant apie paukščius) užimtas lizdas turi būti ginamas ir vėliau. Tai daroma rodant „neapykantą" (grasinimo gestai) įsibrovėliams. Perint svarbūs yra pasikeitimo ritualai: iš perėjimo vietos dažniau išstumiama, negu ji paliekama tuščia. Patinėliai linkę tupėti ant kiaušinių netgi ilgiau. Išsiritę jaunikliai, išmetus juos išduodančius lukštus, ypač saugomi. Kai kurie gyvūnai, prižiūrėdami palikuonis, pasiekia rekordų. Pvz., banginiai iškelia jauniklius virš vandens atsikvėpti. Daugelio rūšių gyvūnai, prieš perėdami jauniklius, jau piršdamiesi peni partnerį, kai poruojasi, sveikinasi, myluojasi. Ritualizuotą penėjimo elgseną pastiprina vaizdinio dirginimo signalai. TINBERGENO ir PERDECKO tyrimai išryškino svarbiausių dirgiklių elementus bei jų reikšmę.

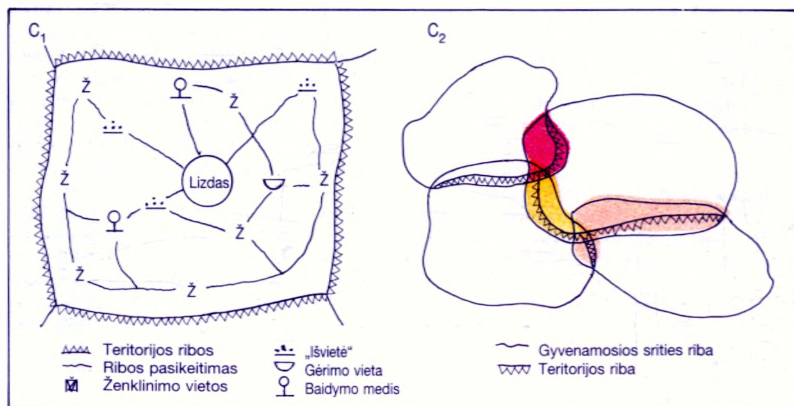
Brūkšnių ilgumas rodo, kaip dažnai sukeliami atitinkami efektai. Viršutinio modelio požymiai normalūs. Kiti modeliai rodo iš dalies aukštas reikšmes: snapas raudonas, su dėme, galva liekna ir, priešingai, iš dalies žemas reikšmes: galva didelė ar snapas geltonas.



A Orientavimasis, padedantis rasti lizdą



B Bičių kalba



C Teritorijos

Kaip sakė KANTAS, erdvę ir laiką – dvi pamatines kategorijas – suvokiame *a priori*, t. y. prieš bet ką patirdami.

Nenuostabu, kad etologija **orientavimąsi** erdvėje ir laike priskiria *įgimtiems koordinacijos gebėjimams*. Jie yra tiesiog gyvybiškai svarbūs: būtini norint išgyventi.

Pavyzdžiui, atlantinės lašišos tam tikru metu (orientavimasis laike), nuplaukusios didelius atstumus, turi susirasti savo neršavietes (orientavimasis erdvėje). Tokie gebėjimai yra fiziologinės sąveikos, kurios dalis taip pat yra pažįstamas gimtųjų vandenų kvapas, išdava.

A Orientavimasis, padedantis rasti lizdą

(A_1) Jei plėšrioji vapsva nerastų kelio į savo lizdą, jos palikuonys žūtų. Todėl prieš išskrisdama ji apskrenda ratu *lizdo landą*, kad įsidėmėtų aplinką.

Jei aplink landą buvę kankorėžiai, išskridus vapsvai, patraukiami į šalį, ji veltui ieško lizdo landos senojoje vietoje, t. y. tarp kankorėžių.

(A_2) Įvairių rūšių gyvūnai labai skirtingai orientuojasi erdvėje ir laike.

Naudodamiesi nervų sistema, gyvūnai gali *koordinuoti kryptį* arba pakeisti kampą, kad grįžtų prie kurso ar tiksliai susiorientuotų, pvz., saulės atžvilgiu.

Pvz., žuvų kūno padėtį lemia traukos jėga ir šviesos kritimas. Iš šono apšviesta žuvis pasisuka skersai šviesos šaltinio ir traukos jėgos (priklauso nuo šviesos stiprumo).

Gyvūnai gali naudotis dar ir kitais orientavimosi šaltiniais kaip Žemės magnetizmas, žvaigždės, ultragarsas bei ankstesnės patirtys, pvz., paukščiai neįprastus pajūrio orientyrus prisimena iš praeitų metų skrydžio.

Gyvūnai atsižvelgia netgi į išorinius poveikius (kaip, pvz., įvairios vėjo sukeltos jūros srovės) ir gali atkurti poliarinį dangaus vaizdą saulės atžvilgiu (pav. A_2).

Orientavimosi gebėjimai dar tebėra mįslingi.

B Bičių kalba

Vieną reikšmingiausių etologijos atradimų padarė GUSTAVAS KRAMERIS tirdamas varnėnus ir KARLAS VON FRISCHAS tirdamas bites. Daugelį metų specialistai nepasitikėjo tuo, kaip VON FRISCHAS iššifravo bičių kalbą. Jo nuomone, bitė žvalgybininkė avilio bitėms perduoda informaciją apie 5 dalykus:

aptiktą *žiedų rūšį* (skleidžiamu aromatu), maisto šaltinio *vertingumą* (šokio gyvumu bei dūzgimo garsumu), *kryptį* (pagal vertikalų kampą tarp saulės ir avilio: B_1), *atstumą* (šokio pobūdžiu: šokis ratu, kai tikslas arti, šokis pjautuvu, kai vidutiniškai arti, šokis pusračiu, kai toli: B_2. Papildoma informacija teikiama šokių seka), *raginimą* šokį mėgdžiojančias bites leistis į kelią.

Naujesni tyrimai parodė, kad atstumas matuojamas paprastai pagal energijos sąnaudas skrendant įprastu greičiu. Taip išvengiama klaidų, kurių galėtų pasitaikyti, jei skrendant prieš vėją ar aukštyn būtų atsižvelgiama tik į laiką.

C Teritorijos

Daugumos rūšių gyvūnai apsibrėžia *namų teritorijas*. To nauda suprantama:

prie namų viskas gerai pažįstama ir lengviau orientuotis; teritorija, suvokta kaip nuosavybė, tampa tarsi kūno dalimi: kadangi teritorijų ribas kaimynai gerbia, gyvūnai tampa mažiau agresyvūs.

(C_1) Teritorijų ribos, priklausomai nuo rūšies, ženklinamos įvairiai (šlapimas, sekretas, pylimai ir kt.) ir pasižymi specifiškos veiklos elementais (lizdas, baidymo medis ir kt.; zylės prisimena iki 100 maisto slėptuvių).

(C_2) Teritorijų ribos nebūtinai vienareikšmės.

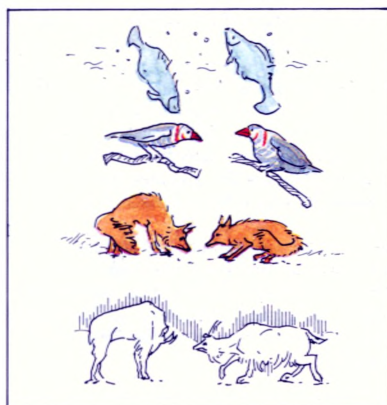
Gyvenamosios teritorijos gali iš dalies *sutapti*, bet tai didesnės agresijos nekelia.

Skirtingi dydžiai (C_2) žymi iš dalies sutampančių teritorijų rūšis. *Maitinimosi* teritorija, kai maisto pasiūla maža, gali daug kartų viršyti *gyvenamąją* teritoriją. Priešingai, *tuoktuvių* ir *poravimosi* teritorijos dažniausiai daug mažesnės.

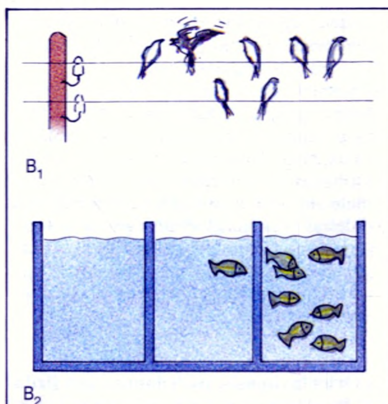
Kai kurie žinduoliai, pvz., rudoji žiurkė, liūtas ar taškuotoji hiena, gina savo *grupės* teritorijas. Taip atsiranda šeimų teritorijos, kurios daro įtaką gyvūnų socialinei elgsenai.

Apie rudagalvių kirų teritorijų evoliucinę reikšmę R. A. STAMMAS (1984) rašė:

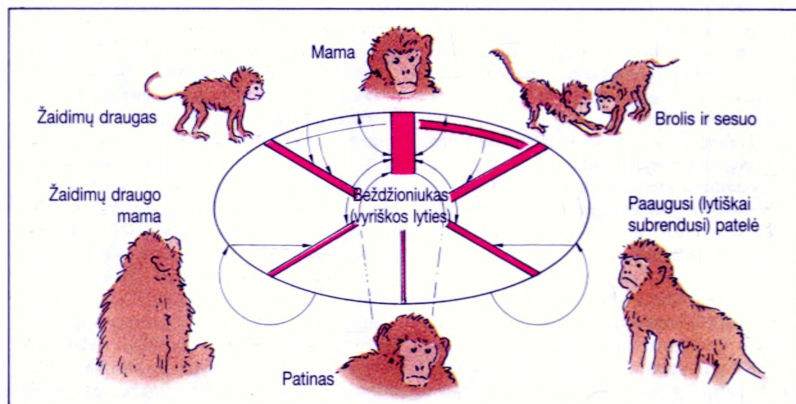
„Kaimynų kivirčai, visuomet pasibaigiantys abipusiu ir ilgai trunkančiu grasinimu pridedant galvą prie žemės, padeda įgyvendinti tai, kas iš pradžių nebuvo nustatyta – drauge išsilaikyti gali tik iš tikrųjų perėti nusiteikę, todėl ir gebantys kovoti, individai. Vaidai baigiasi atranka: per silpnai motyvuoti [...] individai prie apribotos perėjimo vietos neprileidžiami".



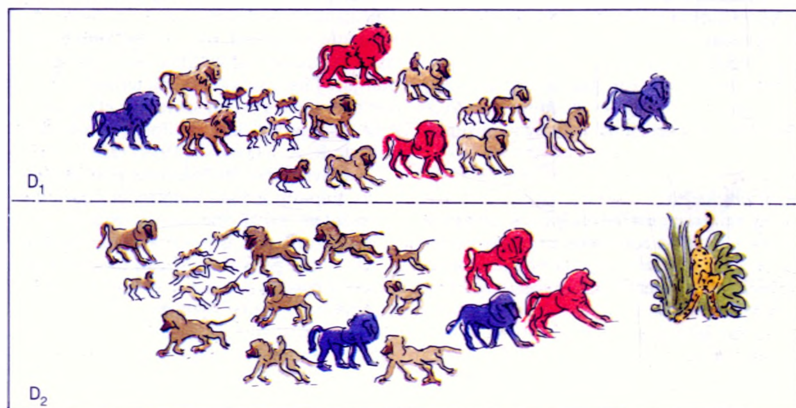
A Socialiniai požymiai



B Socialinis patrauklumas



C Socialinė koordinacija



D Grupės forma

Tos pačios rūšies nariai vienas nuo kito priklauso labiau nei nuo kitų rūšių būtybių. Vis dėlto įvairių rūšių bendruomenių formos labai skiriasi.

Netgi tokiems kraštutiniams vienišiams kaip gegutės dauginimosi fazėje reikalinga skirtingų lyčių bendruomenė.

Apskritai gyvūnų socialinis aktyvumas griežtai nulemtas. Tik aukštesnieji gyvūnai, kurių **socialinis gyvenimas** sudėtingas, pasižymi lanksčiais santykiais ir diferencijuotais poelgiais.

A Socialiniai požymiai

CHARLES'O DARWINO suformuluotas socialinės antitezės principas teigia,

kad socialinė elgsena suponuoja skirtingas funkcijas, kurios skatina viena kitai priešingas išraiškos ir kovos formas netgi tada, kai jos daugiau nebenaudojamos. Tos formos nėra aktualios ar naudingos, bet labai vertingos savo išraiška.

Šie požymiai ypač išryškina *rangų sistemą* (vyravimą/paklusimą).

Kairėje eilės pusėje (pav. A) pavaizduoti vyraujantys, dešinėje paklūstantys trispyglių dyglių, zebrinių kikilių, lapių ir sniegininių ožkų individai (TEMBROCK).

Be kūno laikysenos signalų, yra nusigręžimo, nerimtos kovos ir kt. ženklų, nustatančių ar patvirtinančių rangą.

B Socialinis patrauklumas

Bendruomeninės formos pranašumai, padedantys gyvūnams išgyventi, yra ne tik paprastesnis poravimasis ir jauniklių auginimas, bet ir mažesnis pavojus (bendra kova su priešais), efektyvesnis maitinimasis (apie rastus maisto šaltinius pranešama kitiems), socialinis mokymasis (patyrimo perdavimas) bei ypatingi privalumai, pvz., bendras šilumos reguliavimas bičių avilyje.

Artimumo siekis (afiliacija, socialinis artimumas: žr. X, 4) priešpriešinamas *artimumo vengimui* (ditencijai, socialiniam atokumui).

Tai ypač akivaizdu stebint kregždes rudenį, kai jos rengiasi išskristi (pav. B_1). Kai tik peržengiama nustatyta individuali erdvė, trumpam susivaidijama, po to vėl atstatomas normalus atstumas.

Šį *socialinį patrauklumą* (artimumo siekis) galima įžvelgti ir stebint besibūriuojančias žuvis:

Atskirai į akvariumo vidurį įleista žuvis daug ilgiau būna dešinėje prie žuvų būrio (pav. B_2).

C Socialinė koordinacija

Bendruomenė nustato elgsenos taisykles. Paprasčiausia bendruomenė yra *anoniminė sąjunga*, į kurią gyvūnai buriasi savo nuožiūra. Daug dažniau pasitaiko *individų sąjungų*, kurių visi nariai vieni kitus pažįsta. Galų gale yra ir *gyvūnų valstybių*, pasižyminčių dažniausiai šeimos struktūra (pvz., bičių šeima su karaliene).

Tyrinėjant išplėstinę šeimą galima matyti jos socialinės koordinacijos *struktūrą*. Socialinė psichologija (žr. XIV) vadovaujasi 4 svarbiausiais socialinės koordinacijos požymiais:

rangai, vaidmenys, ryšiai ir taisyklės.

Ryšiai (kiti aprašomi žemiau – D) gali būti apibūdinami kiekybiškai ir kokybiškai. Makakų grupę vaizduojantis modelis (R. A. HINDE) apima daugybę ryšių.

Linijų storis rodo santykinę beždžioniuko ryšių svarbą 6 kryptimis. Į akis krenta nežymus ryšys su patinu. Ryšys būtų kitoks, jei tai būtų beždžioniukė: tėvai, ištikus sunkumams, labiau rūpinasi dukterimis nei sūnumis.

Ryšiai su aplinka gali gerokai pakeisti šią pamatinę ryšių sistemą, pvz., įsikišus žaidimo draugų mamoms. Antra vertus, žemesnio rango mamai gali būti naudinga jos vaiko draugystė su aukštesnio rango mamos vaiku. Tai rodo, kokia sudėtinga socialinė koordinacija.

D Grupės forma

Gyvūnų socialiniam gyvenimui labai reikšmingi ne tik ryšiai, bet ir *rangai, vaidmenys, taisyklės*. Rangai lemia vaidmenis, tačiau pastarieji gali būti reikšmingi ir patys savaime, nepriklausomai nuo rangų.

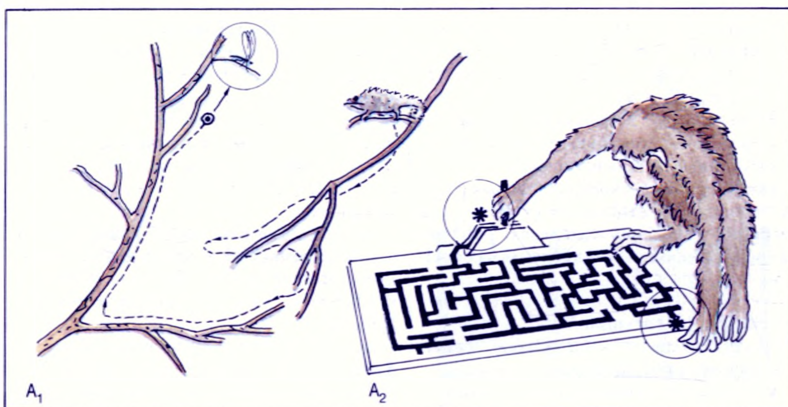
Pvz., grupės pavianų patelės pakaitomis pabūna besirūpinančiomis mamomis.

Kaip rangų ir vaidmenų struktūroje veikia elgsenos taisyklės, rodo šis I. DE VORE (1966) stebėjimų modelis.

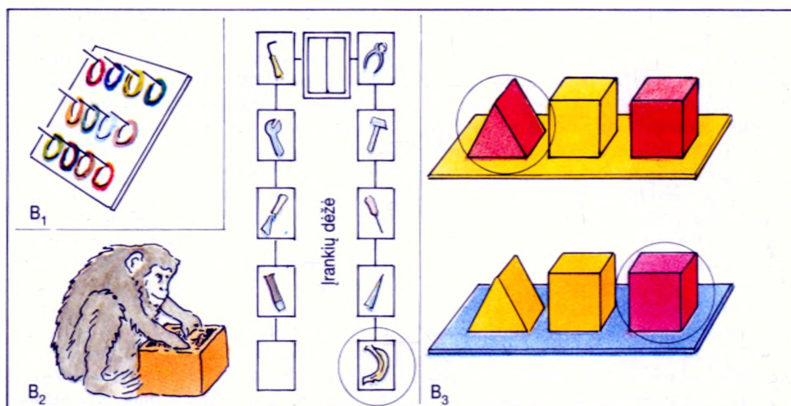
Kai grupė keliauja netrukdoma (D_1), iš priekio ir iš užpakalio ją saugo *žemesnio rango* patinai (mėlyni), o *aukščiausio rango* patinai (raudoni) žengia viduryje kartu su patelėmis ir vaikais.

Iškilus pavojui, pvz., pasirodžius leopardui (D_2), *aukščiausio rango* patinai (raudoni) išeina į priekį, o *žemesnio rango* patinai (mėlyni) atsitraukia.

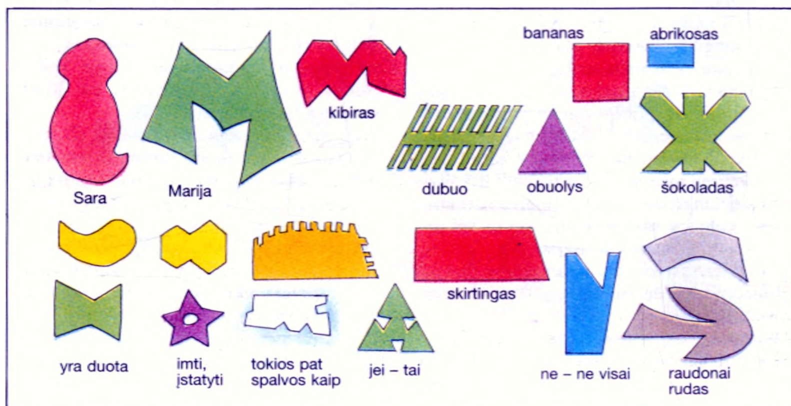
Taip grupių nariai pasidalija pirmenybėmis (pvz., maitinimosi seka) bei pareigomis (pvz., stipresnio susidūrimas su priešais).



A Aplinkkelio išmokimas



B Rinkimasis



C Pažintinių gebėjimų ribos

Greičiausiai kiekvienas šuns šeimininkas linkęs vertinti savo bendražygį kaip „sąmoningą": šuo išgirsta savo vardą, prisimena užkastą kaulą, miegodamas sapnuoja.

Ši klaidinga prielaida apie sąmonę kyla dėl to, kad sąmoningumo sąvoka nėra pakankamai aiškiai apibrėžta. Sąvokos „sąmonė" ar „pažintiniai gebėjimai" neteisingai suprantamos kaip „visko arba nieko" principas, t. y. kaip tapatūs reiškiniai. Tačiau yra priešingai – psichika labai įvairialypė. Apžvelgsime tik pačias stambiausias jos dalis. **Gyvūnų pažintiniai gebėjimai** yra kitokie (nes kitaip sudaryti), su žmogaus gebėjimais sunkiai palyginami. Galima tvirtinti, kad nė vienas gyvūnas negali mąstyti apie save, apie tai, ką daro.

„Gyvūnas žino, kokio jis dydžio. Tačiau jis nežino, kad tai žino" (R. OESER).

A Aplinkkelio išmokimas

(A_1) Daugelis tyrinėtojų (W. FISCHEL, B. RENSCH ir kt.) teigia, kad gebėjimas numatyti kelią (kurį, pvz., chameleonas nykštukas turi nubėgti, kad pasiektų grobį) yra „aukštesnio smegenų išsivystymo požymis". Tačiau instinktyvus poelgis skiriasi nuo mokymosi sėkmės, kurią W. KÖHLERIS, aprašydamas bandymus su šimpanzėmis (žr. VII, 3), vadino struktūros keitimu.

(A_2) RENSCHO ir DÖHLO (1968) bandymais netgi pavyko išmokyti šimpanzę iš sudėtingo labirinto (keičiamo per kiekvieną bandymą) be klaidų magnetu išridenti metalinį žiedą.

Prieš bandymą ji apžiūrėdavo labirintą, „apmąstydavo" kelią ir žiedą išridendavo.

Žinoma, „apmąstyti" čia greičiau reiškia susidaryti bendrą įspūdį, padedantį nesąmoningai išspręsti uždavinį. Panašiai į lizdą greta perimų kiaušinių slapta pridėjus dar vieną kiaušinį, paukštis liaujasi perėjęs, tačiau negalima sakyti, jog jis kiaušinius „suskaičiavo"; greičiau pasikeitė kiaušinių vaizdas, ir tai sustabdė perėjimo instinktą.

B Rinkimasis

(B_1) Per bandymą (KAPUNE) prie skirtingų maisto kiekių buvo padedami 12 įvairiaspalvių žiedų, kaitaliojant jų išdėstymą ir spalvas.

Nežiūrint į tai, beveik visas makakas pavyko išmokyti išrinkti 3 *brangiausius* žiedus.

Tokia elgsena pavadinta „ikikalbine vertybe", palaikant išankstinę nuomonę, jog tai pirmoji dorovinio elgesio pakopa.

(B_2) Toliau aprašytas bandymas (DÖHL) iš tikrųjų yra pradinė *kognityvinės* elgsenos forma.

Šimpanzė iš dėžės (viršuje) turi pasirinkti įrankius. Pasirinkusi tinkamai ji atidarys dėžę, kurioje yra bananas, o pasirinkusi netinkamai – tik tuščią dėžę.

Norint tai padaryti ir kad pataikymo procentas būtų didelis, būtina žinoti sudėtingus bandymo nurodymus.

(B_3) Šis bandymas (HARLOW) reikalauja rinktis iš tikrųjų.

Gyvūnas, kuriam būdavo pateikiama *spalvos ir formos alternatyva*, turėdavo rasti tam tikrą skiriamąjį požymį: ant geltono padėklo *skirtingos formos* objektą (kairėje), ant mėlyno padėklo *skirtingos spalvos* objektą (dešinėje).

Tokie bandymai buvo atliekami ir toliau.

C Pažintinių gebėjimų ribos

Savo tyrimais H. HEDIGERIS (1984) bandė atsakyti į klausimą, ar gyvūnai turi sąmonę. Buvo įrodyta, kad aukštesniesiems gyvūnams būdingi kai kurie žmogaus sąmonės aspektai:

kūno sąmonė (žinios apie savo dydį, organų savybes, funkcijas),

socialinė sąmonė (žinios apie socialinę padėtį ir funkciją),

orientacinė sąmonė (vietovės padėtis ir nuosavybė),

savivaizdis (savo kvapo, vaizdo veidrodyje, šešėlio pažinimas bei matomas panašumas su tos pačios rūšies individais).

Kitas klausimas – kiek pajėgūs gyvūnai šitą sąmonę užpildyti tam tikru turiniu. Mąstyti apie savo gyvenimo prasmę ir tikslą geba tik žmogus.

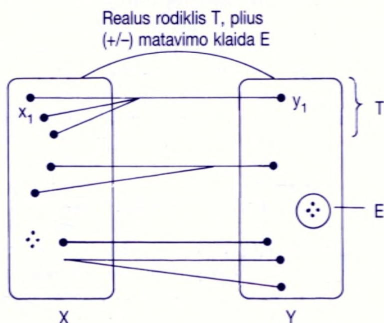
Nuo W. KÖHLERIO bandymų su beždžionėmis etologiją labai domina klausimas, kiek gyvūnai gali būti „protingi". Atrasta, kad žinduoliai geba be žodžių abstrahuoti.

Ženklų atpažinimo bandymai su kiaune (G. DÜCKER) parodė, kad ji geba skirti abstrakcijas panašu–nepanašu.

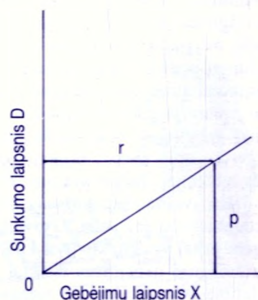
Ponia GARDNER, vienos šimpanzės globėja, per 22 mėnesius sugebėjo ją išmokyti 30 kurčnebylių abėcėlės ženklų.

Kita beždžionė, Sara, išmoko bendrauti naudodamasi 130 žodžių ženklų (jų rinkinio dalis parodyta pav. C).

Ženklams būdingas aukštas abstrahavimo lygis, nes nei forma, nei spalva jie neprimena turimų omenyje dalykų (išskyrus galbūt bandymus su Sara; kitais atvejais simboliai pasirenkami savavališkai savo nuožiūra). Subrendusi lytiškai Sara liovėsi domėtis tokiu bendravimu su žmonėmis.

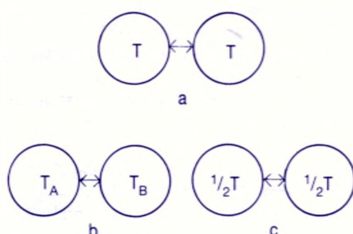


A1 Klasikinė testų teorija

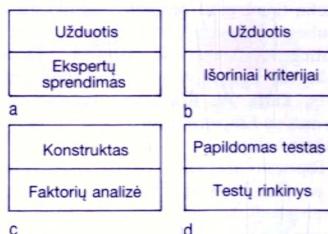


A2 Alternatyvi testų teorija

A Testų teorinės prielaidos

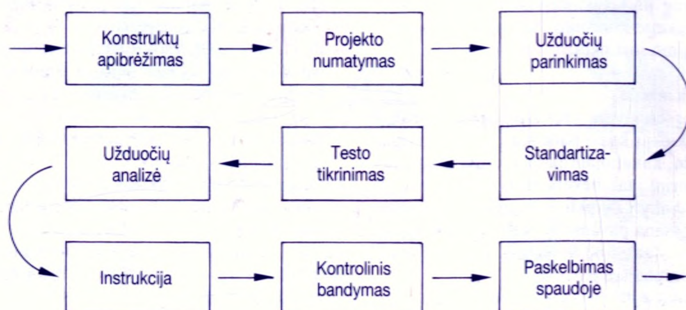


B1 Patikimumas



B2 Validumas

B Kokybės kontrolė



C Testo kūrimas

Savo gebėjimą pažinti žmones ne visi vertina teisingai – tik nedaugelis žmonių geba įžvelgti kito asmenybės struktūrą. Dažniausiai tokie talentai pervertinami.

Troškimas daugiau ir geriau pažinti žmogų įkvėpė norą griebtis testų. Testo sąvoka kildinama iš senosios prancūzų kalbos žodžio, reiškiančio tiglį, kuris buvo naudojamas alchemijos eksperimentuose. Garsūs **psichodiagnostikos** plėtotojai buvo GALTONAS, KRAEPELINAS, EBBINGHAUSAS, MCKEENAS, CATTELLIS, BINET.

Psichologijoje pradėjus taikyti statistiką (žr. III), irgi buvo bandoma įtvirtinti testų diagnostiką. Testų teorija turi moksliškai garantuoti jų taikymą. Keliami 3 uždaviniai:

Kokiomis teorinėmis prielaidomis (aksiomomis) grindžiamas testų naudojimas?

Kaip kokybės kontrole galima sustiprinti interpretavimo tikslumą?

Kokios priemonės testams reikalingos (pradedant planavimu, baigiant publikavimu)?

A Testų teorinės prielaidos

(A_1) Vadinamoji klasikinė testų teorija remiasi *deterministiniu* modeliu, pasak kurio, rezultatai $y_1...y_n$ kyla iš duotybių $x_1...x_n$. Čia vis dėlto daroma prielaida, kad tam tikras vaidmuo tenka matavimo klaidoms (E). Iš to seka teorinė išvada:

Stebimi matavimo dydžiai Y matuoja T ne kaip atskirą atvejį, bet kaip vidurkį (t. y. kaip neįmanomus stebėti „tikrus" dydžius), kartu su matavimo klaidomis E, t. y. $Y = T + E$.

(A_2) Įveikti klasikinės testų teorijos trūkumus (tai, kad jos neįmanoma patikrinti empiriškai) mėgina daugelis alternatyvių testų teorijų (į kriterijus orientuotos matavimo teorijos ir kt.). Svarbi grupė yra *RASCHO modeliai* (GEORG RASCH, 1901–1980), o svarbiausias iš jų – stochastinis, orientuotas į *atsitiktinumą* (atsitiktinumo teorija).

Pagal šį modelį kiekviena testo užduotis turi tam tikrą *sunkumo laipsnį* D, o kiekvienas testu tiriamas asmuo – *gebėjimų laipsnį* X. D ir X yra dydžiai, atitinkantys rodmenų p ir r absoliučių skalių sąlygas.

Taigi, sudarant testus, ši teorija kelia nelengvai įvykdomus reikalavimus, nes kalba apie skales (žr. II, 2).

B Kokybės kontrolė

Yra keletas testų kokybės kriterijų (objektyvumas, ekonomiškumas, taikomumas ir kt.), iš kurių 2 svarbiausi.

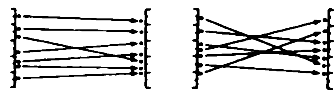
(B_1) Testas labai *patikimas* (tikslus) tada, kai, nors ir *kas būtų, matuoja tiksliai*. Jam patikrinti skaičiuojamas koeficientas r_{tt} kaip *realios* ir *bendros* variacijos santykis (žr. variacijos analizė, III, 5).

a) *Pakartotiniu* (pastovumo) testu kartojamas jau atliktas testas ir nustatoma, kiek jų rezultatai panašūs.

b) *Lygiagreti testo forma* taikoma matuoti, kiek sutampa jo abi lygiagrečios dalys A ir B.

c) *Testo dalijimu pusiau* matematiškai lyginami pirmosios ir antrosios testo dalies rezultatai.

(B_2) Testas pasižymi dideliu *validumu* (tinkamumu, deramumu), kai jis *tikrai matuoja tai, kas numatyta*, ir nieko daugiau. Kai validumas aukštas, lyginamieji (t. y. matuojamieji) dydžiai atitinka testo dydžius.



a) *Turinio* validumas užtikrinamas lyginant ekspertų vertinimus su testo užduotimis (t. y. klausimų ar užduočių turinius).

b) Siekiant *išorinio kriterijaus* validumo, rezultatai derinami su kitais kriterijais (pvz., mokyklos pažymiais).

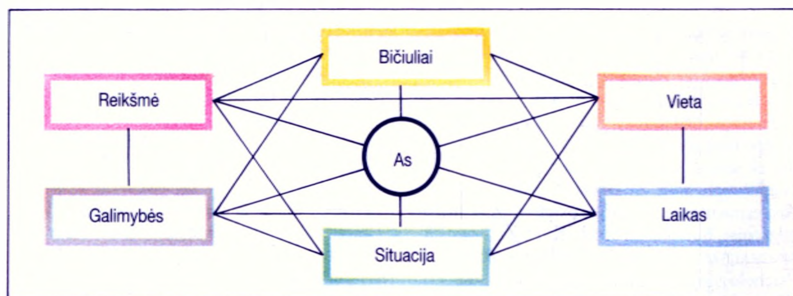
c) *Konstrukto* validumui garantuoti taikoma faktorių analizė (žr. III, 7) ir tikrinamasis konstruktas (pvz., intelektas – intelekto testo atveju) lyginamas su testų rinkiniu.

d) Kai siekiama *prieaugio* validumo, matuojama, kiek papildomas testas padidina testų rinkinio validumą.

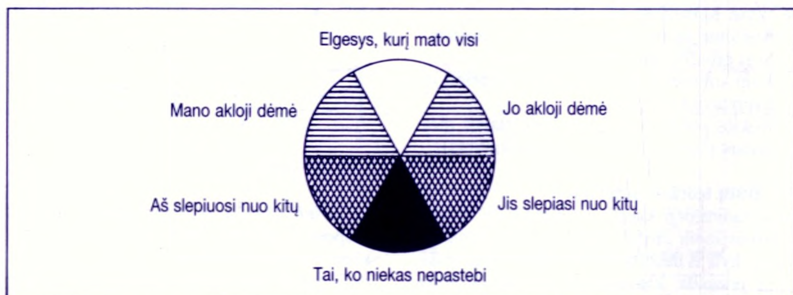
C Testo kūrimas

Naujo testo išleidimas pagal turimas statistines normas brangiai kainuojantis ir daugiapakopis procesas. Skiriamos 9 svarbiausios pakopos:

konstruktų apibrėžimas (tikslus tiriamos psichologijos srities pažinimas),
projekto numatymas (taikomi metodai),
užduočių parinkimas (klausimų bei užduočių rinkinys),
užduočių analizė (kokybės tikrinimas),
testo tikrinimas (skiriamosios galios nustatymas),
standartizavimas (normų visiems tiriamiesiems nustatymas),
instrukcija (pagalbinė testavimo priemonė),
kontrolinis bandymas (galimas testo patikrinimas) ir
paskelbimas spaudoje (testo brošiūrų, vertinimo raktų išleidimas ir kt.).



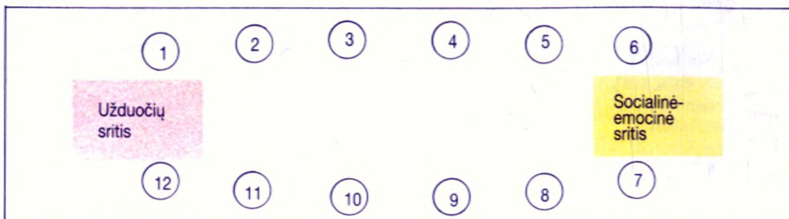
A Elgesio struktūra



B Elgesio kintamieji

Žinios apie stebėjimo požymį	Žinios apie stebėjimo tikslą	Žinios apie stebėjimo temą	Žinios apie stebėjimo situaciją	Situacijos kintamieji
				Stebėtojo situacija
				Atvira situacija
				Neįžvelgiama situacija
				Pusiau tikroviška situacija
				Tikroviška situacija

C Stebėjimo struktūra



D Standartizuotas vertinimas

Atrodytų, kad nėra sunku stebėti kito žmogaus elgesį. Tačiau iš tikrųjų mūsų „naivi elgesio teorija" trukdo tinkamai stebėti.

Esame linkę daryti skubotas išvadas, pvz., kad kas nors, turintis pernelyg brangų automobilį, gyvena ne pagal savo lėšas.

Kitą žmogų, kuris praeina pro šalį pakelta galva, iš karto palaikome per daug arogantišku.

Buityje dažnai sprendžiama nespėjus atidžiai įsižiūrėti į elgesį ir pasiteirauti apie visus galimus dalykus.

Elgesio analizė tam visiškai priešinga. Jos išvados yra greičiau visų suvokiamų elgesio dalių *santraukos*. Todėl ji visų pirma yra elgesio *sistematika*.

A Elgesio struktūra

Mūsų elgesys yra *susijęs* su aplinka, t. y. visi mūsų veiksmai, atliekami darbai, laimėjimai, kalbos, reakcijos ir kt. neatsiejamai (nors kiekvieno individo skirtingai) persipynę su daugeliu išorinių dalykų. Jei norime ką nors esminga pasakyti apie kito elgesį, turime atsižvelgti į šį kontekstą. Tuo tikslu reikia įvertinti 6 svarbiausių dėmenų sritis. Pvz., dėmenį *bičiuliai* apibūdina E. WARTEGGO „charakterologinė sociograma".

Tiriamasis asmuo (As) turi išvardyti visus jam į galvą ateinančius vardus. Atsižvelgiant į jų eiliškumą ir svarbių vardų praleidimą daromos išvados.

Panašiai galima perteikti dėmenį *vieta* paprašius spontaniškai išvardyti gyvenamąsias vietas.

Nagrinėjant dėmenį *laikas*, svarbus tiek laiko įsisąmoninimas, tiek santykis su laiku, t. y.

kas pabrėžiama kalbant apie tempą, praeitį, dabartį, ateitį, kiek elgesys planuojamas iš anksto arba kiek daugiau gyvenama dabartyje, palyginti su to paties amžiaus tiriamųjų grupe.

Dėmuo *situacija* yra labai įvairialypis.

Pavyzdžiui, kai kurie žmonės dažniau pakliūva į pavojaus situacijas.

Priežastys turi būti vertinamos atsižvelgiant į kitus dėmenis.

Dėmuo *galimybė* dažniausiai nepakankamai įvertinamas. Kiekvienas vienaip ar kitaip įsivaizduoja savo galimybes.

Galimybės yra tiek lūkesčiai (ką būtų galima pasiekti), tiek įvertinimai (ką aš sugebu).

Šis dėmuo sudaromas bendraujant su kitais.

Dėmuo *reikšmė* yra plačiausias. Kartu kyla daugybė klausimų, kuriuos retai įsisąmoniname, tačiau nepastebimai į juos atsakome.

Pvz., transporto priemonės pasirinkimas yra atsakymas į klausimą, ar savo pasirinktąją (pvz., tramvajų) vertiname kaip tinkamą.

B Elgesio kintamieji

Elgesys skirstomas įvairiai, pvz., psichofiziologinis elgesys skiriamas nuo grynai psichinio arba ilgalaikis nuo trumpalaikio ir kt.

Svarbus yra bandymas jį aprašyti pagal *akivaizdumą*. Elgesys gali būti ir aiškus, ir paslėptas:

tam tikrą žmogaus dalį mato kiekvienas, tam tikrą – tik kiti (akloji dėmė), tam tikra dalis slepiama, kai ko niekas nemato.

C Stebėjimo struktūra

Panašiai kaip fizikoje neįmanoma vienu metu tiksliai užfiksuoti elementariųjų dalelių vietos ir impulso (HEISENBERG), taip pat neįmanoma akivaizdžiai stebėti elgesio nedarant jam įtakos.

B. SPIEGELIO (C) lentelėje suskirstyta, kaip elgesys priklauso nuo *stebėjimo situacijos* kintamųjų.

Tikrovišką situaciją autorius supranta kaip gyvenimiškai tikrą, pusiau tikrovišką – kaip situaciją, kai tiriamasis žino tik tai, kad dalyvauja tyrime.

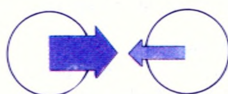
D Standartizuotas vertinimas

Svarbi visų elgesio analizių problema yra atvira jų vertinimo situacija. Psichologas, turintis etologinį išsilavinimą, kitaip nei individualiosios psichologijos specialistas, elgesyje greičiausiai aptiks gyvūnų elgsenos liekanų. Kadangi yra labai daug psichologijos krypčių, būtina kuo labiau atsiriboti nuo tam tikros krypties vertinimų.

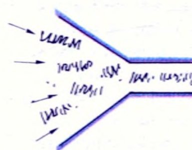
R. F. BALESO sukurta kategorijų sistema susideda tik iš 12 pozityvių ir negatyvių stebėjimo kategorijų, kuriomis bandoma išsamiai atspindėti elgesį:

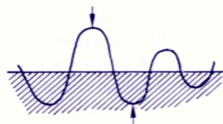
1) rodo solidarumą,
2) kuria atsipalaidavimo atmosferą,
3) pritaria,
4) siūlo,
5) išsako nuomones,
6) kreipia kitus,
7) prašo būti nukreiptas,
8) klausia nuomonių,
9) prašo patarimų,
10) nepritaria,
11) rodo įtampą,
12) prieštarauja.

Sisteminant elgesį skiriama *socialinė-emocinė* ir *užduočių* sritys. Toks standartizavimo pavyzdys rodo, jog elgesį galima analizuoti geriau.


A_1 Klausimas kaip impulsas


A_2 Palengvinimas

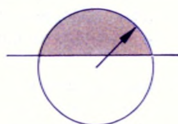

A_3 Susiaurinimas

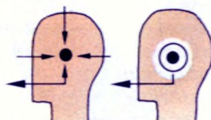

A_4 Suvienodinimas


A_5 Darna

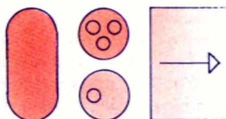

A_6 Neįžvelgiamumas

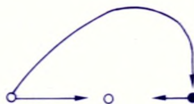
A Klausimo funkcijos


B_1 Sritis/lygmuo


B_2 Faktai/požiūriai


B_3 Išraiška


B_4 Klausimų formos


B_5 Tiesioginis/netiesioginis būdas

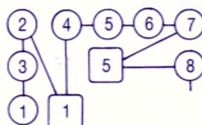

B_6 Instrukcija

B Klausimų struktūra


C_1 Skaidymas

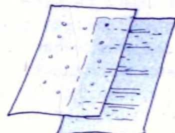

C_2 Atvirumą skatinantys klausimai


C_3 Dramaturgija



C_4 Kontrolė


C_5 Apimtis


C_6 Įvertinimas

C Anketos

Anketų metodas per paskutinius dešimtmečius pranoko kitas testų rūšis, pirmiausia gal dėl to, kad jį patogiau apdoroti statistiškai. Jis vertinamas kaip moksliškesnis, palyginti, pvz., su projekciniais testais. Ar šis pasitikėjimas pasiteisins – nežinia.

Daugiausia keblumų kelia klausimai. Manoma, kad *klausinėti* gali kiekvienas be specialaus pasirengimo. Tačiau iš tiesų deramai paklausti dažnai yra sunkiau negu atsakyti.

A Klausimo funkcijos

(A_1) Klausimas yra *impulsas* atsakyti. Galima reikalauti atsakymo per silpnai (žmogus nenuvokia, kad kažko klausiama) arba per stipriai (žmogus jaučiasi apstulbintas).

Pastarasis dalykas atsitinka, kai užduodami įtaigūs klausimai, kaip daro kai kurie interviu imantys žurnalistai: „Jūs taip pat manote, kad..."

Klausimai gali nesunkiai išsigimti ir virsti komandomis.

(A_2) Sumanus klausimas *palengvina* atsakymą. Šis menas reikalauja, kad klausimai būtų formuluojami apgalvotai; jie turi būti aiškūs ir suprantami, padėti apmąstyti atsakymus.

Pvz., klausimas pateikiamas vaizdžiai ir prašoma atsakinėti į neįjungtą mikrofoną.

(A_3) Daugelis žmonių sunkiai apsisprendžia, kurį galimą atsakymą pasirinkti. Klausimų formuluotės turėtų atsakymus nukreipti ir *susiaurinti*, t. y. supaprastinti. Žinoma, tada dažnai prarandama dalis informacijos, tačiau tą atsveria aiškūs atsakymai.

(A_4) Atsakymai priklauso nuo klausiamojo intelekto, pasirengimo būti klausinėjamam ir daugelio kitų asmeninių sąlygų. Anketos irgi turi padėti atsakymus *suvienodinti* (sulyginti galimybes).

To pasiekiama, pvz., pateikiant didinančius pasitikėjimą, treniruojančius klausimus, į kuriuos visai lengva atsakyti, arba užduodant buferinius, įterptinius klausimus, sukeliančius nuovargio ar aureolės (halo) efektą.

(A_5) Klausinėjimas visuomet yra ir socialinis-dinaminis vyksmas.

Klausinėtojas lengvai atsiduria aukštesnėje padėtyje (mokytojo efektas).

Norint to išvengti, svarbu neutraliai formuluoti klausimą, kad nebūtų provokuojami tyrėjo lūkesčiai ir būtų garantuota klausiančiojo ir klausiamojo *darna*.

(A_6) Kad gautume diagnostiškai vertingus rezultatus, dažniausiai būtina pateikti *neįžvelgiamus* klausimus, neatskleidžiančius siekiamo tikslo: tai padėtų išvengti iškraipymų, atsirandančių dėl socialinių lūkesčių.

B Klausimų struktūra

Klausinėjimo temos įvairios. Galima skirti keletą svarbių išraiškos formų:

(B_1) Klausimai pateikiami iš tam tikros *srities* ir gali būti įvairaus *lygmens*.

(B_2) Susiję su *faktais* ar *požiūriais*.

(B_3) Bandoma nustatyti *išraiškos laipsnį* skalėje (pvz., stiprus, vidutinis, silpnas).

(B_4) *Forma* gali būti įvairi: taip ar ne klausimai, trijų reikšmių ir daugiareikšmiai klausimai, iki atvirų klausimų (kada, koks(-ia), kodėl ir kt.).

(B_5) Pasirinkti temą galima *tiesiogiai* arba *netiesiogiai*.

Netiesiogiai pasirenkama, kai, pvz., norima suprasti, kaip susidaro nuomonės. Tuomet iš anksto nustatoma fiktyvi procentų eilė (83%, 55%, 27%, 8%).

(B_6) Anketos *instrukcija* padeda tiriamajam orientuotis ir yra labai svarbi. Mat teiravimasis per apklausą labai trikdo.

C Anketos

Atskiras klausimas, galima sakyti, yra bereikšmis; tik daugelio klausimų *derinys* garantuoja, kad bus pasiektas tam tikras diagnostinis tikslas. Psichologija turi daug pritaikytų ir išbandytų anketų (klausimynų), pvz.:

16 asmenybės faktorių klausimynas (CATTELL), Minesotos daugiafazis asmenybės klausimynas (HATHAWAY), Freiburgo asmenybės klausimynas (FAHRENBERG).

(C_1) Anketos yra ne logiškos, bet psichologiškos, t. y. sudarytos pagal atsakinėjimo situacijos eigą; dėl to jos *suskaidytos* pagal temas.

(C_2) Kad sumažėtų kliuvinių, dažniausiai pradedama *skatinančiais atvirumą*, lengvai atsakomais klausimais.

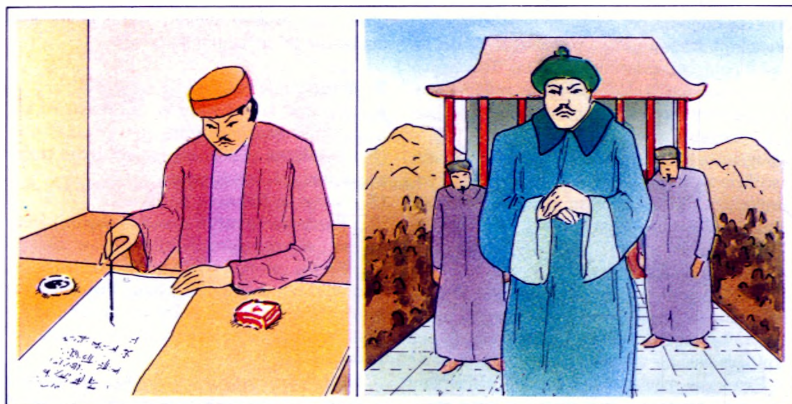
(C_3) Svarbu anketos *dramaturgija:* bendri klausimai pateikiami prieš detalius; arba–arba klausimai (su atskiromis atsakymo alternatyvomis), buferiniai (sužadinimo) klausimai ir kt.

(C_4) *Kontroliniai klausimai* pakartoja ankstesnius ir padeda juos patikrinti pateikiant kitą formuluotę arba klausimais tikrinamas tiriamojo atsakymų patikimumas.

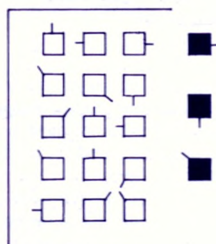
(C_5) Anketos *apimtis* nėra apibrėžta – tai priklauso ir nuo situacijos.

(C_6) *Įvertinti* padeda šablonai, kuriais gali naudotis ir mažiau apmokytas personalas.

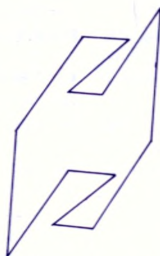
Bendrosios anketos paprastai yra tikrinamos: pvz., išbandomos asmenų grupėse, kurios labai susijusios su keliamais tikslais.



A Atranka pagal gebėjimus



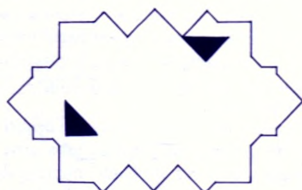
B_1 Išbraukimo metodas



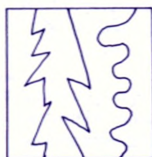
B_2 Rybakovo testas

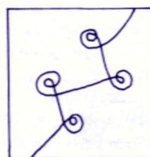


B_3 Korių testas

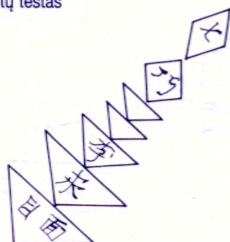


B_4 Plotų testas

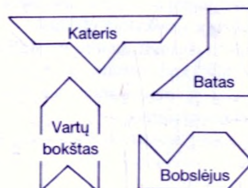




B_5 Rebusų figūros







B_6 Tangramas

B Testų pavyzdžiai

Žmogaus *gebėjimai* svarbūs daugybei gyvenimo sričių. Tiriami atskiri gebėjimai, turintys parodyti bendrą gebėjimų lygį (žr. patikimumas ir validumas: XVIII, 1). Šios „dirbtinės užduotys" (ANASTASI) gali būti labai paprastos, bet ir labai sudėtingos, dažniausiai joms atlikti skiriama mažai laiko.

A Atranka pagal gebėjimus

Kinijoje nuo 124 m. pr. Kr. iki 1911 m. aukščiausi valdininkai mandarinai būdavo egzaminuojami: per egzaminą reikėdavo sukurti eilėraštį, užrašyti jį hieroglifais ir taip įrodyti savo išsilavinimą. Tema visiems dalyviams būdavo ta pati. Mažose patalpose jauni egzaminuojamieji, tiksliai sekdami užduotį, turėdavo dailiai perteikti savo vaizdinius ir eiles; vertinama būdavo anonimiškai. Egzaminai iš pradžių vykdavo provincijoje, o nugalėtojų – Pekine. Nebuvo laikoma gėda egzamino neišlaikyti: jau pats dalyvavimas reikšdavo, kad žmogus labai išsilavinęs. Laimėjusieji visam gyvenimui tapdavo gerai apmokamais kraštą valdančios diduomenės nariais.

Vakaruose gebėjimai pradėti sistemingai tikrinti tik XIX a., tačiau ne baigiamaisiais egzaminais kaip Kinijoje, bet dažniausiai *stojamaisiais* egzaminais. Norėta žinoti, kas yra *tinkamas* ugdyti toliau.

B Testų pavyzdžiai

Gebėjimų testais tiriami gebėjimai, pradedant paprastais dėmesio ir susikaupimo, baigiant kūrybiškumo lygio tyrimais. Čia į tokias ypatingas sritis kaip intelektas (žr. XVIII, 7) neatsižvelgiama. Daugiausia tiriamos užduočių sprendimo prielaidos.

(B_1) Gebėjimų testai atsirado 1888 m. – pirmasis A. OEHRNO *skaičiavimo testas.*

Tiriamasis 2 valandas turėdavo sudėdinėti vienaženklius skaičius. Susikaupimo kreive būdavo užrašomas proceso tempas ir atsakymų teisingumas.

Skaičių sudėjimą vėliau pakeitė **išbraukimo testas** (BOURDONO testas): iš pateiktų testų ar iš bet kaip surašytų raidžių eilių reikia *išbraukti* tam tikras raides.

Pavyzdyje pateiktas R. ZAZZO išbraukimo metodas.

Dešinėje pusėje esančių 3 (juodų) kvadratų šonuose yra brūkšneliai. Atliekant testą (kurio čia pateiktas tik mažas fragmentas) reikia kiekvienoje eilėje surasti (t. y. išbraukti) šiuos 3 rūšių kvadratus. Testuotojas pažymi, kiek praėjo laiko, ir, naudodamasis šablonais su skylėmis, skaičiuoja teisingai ar klaidingai išbrauktas figūras.

(B_2) **Rybakovo testu** (nuo 1910 m.) nustatomi erdvinės vaizduotės gebėjimai ir regimieji dariniai.

Pavyzdyje pateikta viena iš geometrinių figūrų, kurią reikia padalyti vienu brūkšniu taip, kad abi dalys, sudėtos kitaip, sudarytų kvadratą.

(B_3) Šis pavyzdys yra vienas iš H. RUPPO serijos (nuo 1919 m.).

Pradėtas piešti *pavyzdys*, pvz., šešiakampis (todėl ši grupė dar vadinama **korių testu**) tokiu pat būdu turi būti piešiamas toliau.

Erdvinis vaizdinys papildomas erdvine *forma.*

(B_4) Kadangi erdvinės vaizduotės testus atlikti gana paprasta, todėl skiriama *nedaug laiko* – tai verčia bandyti greičiau suvokti erdvinius darinius.

Autoriaus (BENESCH, 1970) sukurtame teste reikia suskaičiuoti, kiek to paties dydžio trikampių (pateikti 2 trikampiai) galima sutalpinti esamoje geometrinėje figūroje.

(B_5) *Vaizduotės gebėjimai* taip pat tikrinami kūrybiškai.

Pavyzdys – abstrakčios figūros modelis. Užduotis – rasti *originalią* reikšmę.

Tokios užduotys vadinamos **rebusais** (R. PRICE).

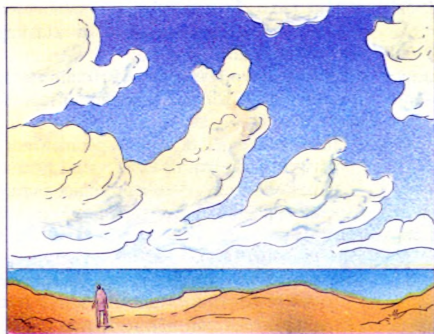
Viename gerai žinomame pavyzdyje matome mažą apskritimą, pavaizduotą dideliame apskritime, o jo išorėje parodyti vienas priešais kitą esantys du suapvalinti smaigaliukai.

Išsprendžiama taip: meksikietis su skrybėle važiuoja dviračiu – žvilgsnis iš viršaus.

(B_6) Kūrybiškumas dažnai tikrinamas **tangramu** ir jo variacijomis. Jis kilęs iš Kinijos, turinčios seną tradiciją tirti gebėjimus. Antai Chi Chae Pan septynfigūrė lentelė (taip vadinama dėl 7 akmenų) yra iš Chu laikų (740–330 pr. Kr.). Vis dėlto pirmieji vadovėliai – tik nuo XVIII a. Jie labai greitai paplito Europoje. Nuo tada kūrybiniai gebėjimai tikrinami supaprastintos formos 3 dalių *dėliojamomis* figūromis.

Pavyzdžiai sudėti iš juodų figūrų; tiriamasis iš šitų 3 elementų turi kurti *kitus* figūrinius modelius.

Gebėjimai tikrinami ir kitaip: dėmesys, pvz., BRICKENKAMPO testu, atmintis RANSCHBURGO testu, susikaupimas PAULIO testu, nuovargis VON BRACKENO testu, planavimas TRAMERIO rangavimo testu, talentas HORNO talentų sistema, tinkamumas profesijai DORSCHO testu ir kt.



A_1



A_2

A Projekcijos sritys



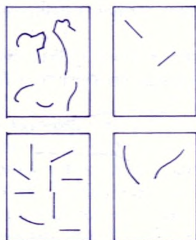
B_1 Piešinių lyginimo bandymas



B_2 Rorschacho testas



B_3 Pasaulio testas



B_4 Struktūrinimo testas



Grąžinu Jūsų laikraštį; labai gaila, bet mažylis jį suplėšė

B_5 Testas frustracijai įvertinti



B_6 Teminis apercepcijos testas

B Testų pavyzdžiai

Vienas referatas (MURSTEIN ir PRYER, 1959) prikiša, kad **projekcijos** sąvoka (lot. *proicere* – išryškėti) interpretuojama dažniau nei Monos Lizos šypsena. Kaip psichologijos terminą 1895 m. ją pradėjo vartoti S. FREUDAS. Psichodiagnostika išsaugojo jo siaurą projekcijos apibrėžimą (simbolio formavimasis, kai Ego patiria grėsmę). L. K. FRANKAS 1939 m. pirmą kartą šia sąvoka apibūdino grupę testų, kurie savaime „atspindi nematomą tiriamojo pasaulį". Vis dėlto pirmieji šios krypties testai atsirado tik trečiojo dešimtmečio pradžioje.

A Projekcijos sritys

(A_1) Greičiausiai kiekvienas kada nors yra bandęs *aiškintis*, į ką panašūs keisti debesys. Matyti už debesų į jūrą besileidžiančią saulę yra vienas įspūdingiausių gamtos išgyvenimų.

Tokie aiškinimai rodo bendrą polinkį atrasti kažką slypint *už* tam tikrų dalykų. Šis poreikis dar stipresnis ir beveik neišvengiamas bendraujant su žmonėmis. Kiekvienas pažįstam tik savo vidinį gyvenimą; jei žmogus nenori ar negali jo parodyti, turime jį atrasti patys. Iš esmės tai darydami susiduriame su savo *diferencijuotumo* ribomis. Žinoma, galima išmokti tas ribas išplėsti. Šios funkcijos imasi projekciniai metodai.

(A_2) Antai šį seno vyro veidą galima „skaityti".

Tokio aiškinimo atveju reikšmingos asmens vertinimo (žr. XII, 15) taisyklės.

B Testų pavyzdžiai

(B_1) **Piešinių lyginimo bandymui** jo autorius (BENESCH, 1958) kaip pavyzdį naudojo (daugiareikšmę) seno vyro nuotrauką (pav. A_2).

Kiekvienas iš trijų (nuotraukos) piešėjų kopija perteikdavo ką nors iš savo kūno konstitucijos (žr. I, 3).

Tiriamieji to seno vyro psichines savybes aiškina savo požiūriu, kartu netyčia kai ką pasako ir apie save *pačius*.

Žinoma, vertinant atsižvelgiama ne į piešimo gebėjimus, bet į *formą* (linijų valdymą, įvairumą ir kt.), *erdvinį* vaizdą (dydį, formatą ir kt.), *judesių* išreiškimą (linijų jungimas, pieštuko spūdžio stiprumas), *vaizdo svarbą* (pabrėžtos detalės, išryškinta kuri nors piešinio dalis ir kt.), taip pat – *išraiškos požymius* (tam tikrų požymių pirmenybė ir kt.).

(B_2) **RORSCHACHO testas** (1921) priskiriamas prie seniausių projekcinių testų. Iš pradžių šveicarų psichiatro HERMANNO RORSCHACHO suplanuotas kaip suvokimo eksperimentas vienaspalvių bei įvairiaspalvių dėmių (atsispaudžiančių kitoje pusiau sulenkto lapo dalyje) rinkinys buvo išplėtotas ir virto bene garsiausiu testu.

Tiriamieji turi pasakyti, ką galėtų reikšti 10 testo lentelių. Vertinama sudėtingai – analizuojama tiek *suvokiama forma*, tiek *turinys*.

(B_3) M. LOWENFELDO sukurtas, CH. BÜHLER standartizuotas **Pasaulio testas** (panašus ir maketų testas) sudarytas iš 160 detalių (asmenų grupės, namai, medžiai, plastilinas, popierius ir kt.), iš kurių turi būti sukurtas „pasaulis".

Jis vertinamas kaip tiriamojo pasaulėvaizdžio atspindys.

(B_4) Šios 4 lentelės yra įvairių **struktūrinimo testų** (SANDERIO testas, WARTEGGO piešinių testas) pavyzdžiai. Lentelės piešinį reikia paversti konkrečiu vaizdu. Čia projekcinis *pasirinkimas* siejamas su asmeniniu *struktūrinimu*.

Vertinama pagal tai, kokios linijos pasirinktos – sudėtingos ar paprastos, apskritimai ar tiesės.

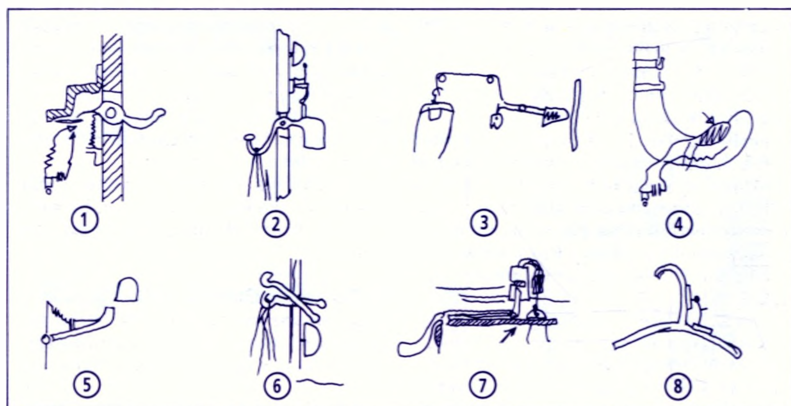
(B_5) ROSENZWEIG **testas frustracijai įvertinti** sudarytas iš 24 emociškai įtemptų situacijų.

Tiriamasis privalo frazėmis užpildyti tuščius debesėlius virš eskizo. Daroma prielaida, kad tiriamieji tapatinasi su nuskriaustaisiais ir jiems priskiria patiems tipiškas reakcijas. 24 atsakymai vertinami pagal tai, į ką nukreipiama *agresija*, ir pagal *reakcijos* pobūdį.

(B_6) H. A. MURRAY **teminis apercepcijos testas** yra vienas žinomiausių pasakojimo testų.

Tiriamajam per 2 dienas pateikiamos 2 serijos po 10 pavyzdžių. Apie kiekvieną iš jų jis turi sukurti maždaug 5 min. pasakojimą. Visi paveikslėliai *daugiareikšmiai* (kaip čia pateikti dviejų moterų atvaizdai). Vertinant pirmiausia atsižvelgiama į pagrindinę figūrą, jos išgyvenimus, poreikius, pojūčius ir kt. Vertinga yra turinio (pagal skalę vertinant aspiracijas, visuomeninius poreikius, valdžios įsivaizdavimus) bei svarbiausių klinikinių problemų analizė.

Yra ir kitokių projekcinių testų: Vaidmenų testas (V. STAABS), Medžio testas (KOCH), Pasakojimo testas (WARTEGG), Gyvūnų šeimos testas (BREM-GRÄSER), Simbolių testas (RÖMER) ir kt.



A Techniniai gebėjimai

1
2
3
4
Dujų tiekimas
Gyvsidabris
Vanduo
Dagtis
5
6
7
8

B Testų pavyzdžiai

Daugelis ankstyvųjų **techninių testų** susiję su eismo psichologija. WILLIAMAS STERNAS 1917 m. viename mokslo darbe rašė:

„Kad tinkamumą profesijai tirianti psichologija visų pirma domisi vairuotojų profesijomis (elektrinių traukinių mašinistai, sunkvežimių vairuotojai, lakūnai), nėra atsitiktinumas. Pirmiausia – tai metodiškai sąlygotas pomėgis: niekur kitur nėra taip paprastai išreikštas reikalaujamas profesinis pasirengimas psichologinėmis formulėmis ir niekur kitur būtini gebėjimai nėra taip lengvai eksperimentiškai patikrinami".

Vis dėlto tyrimais nustatyta, kad sąlygos, garantuojančios saugų važiavimą ar skridimą, daug sudėtingesnės. Nežiūrint į tai, tinkamumo diagnostika tebėra esminė taikomosios psichologijos sritis (žr. XX).

A Techniniai gebėjimai

WALTERIS MOEDE, techninių-konstrukcinių gebėjimų tyrimų pradininkas, *atviros* testavimo situacijos sąlygomis pateikė egzaminuojamiesiems (1 semestro inžinerijos studentams) užduotį, kurios išsprendimas padėtų apsisaugoti nuo vagių:

„Suprojektuokite gembę. Nukabinus drabužį, turi skambtelėti skambutis".

Sprendimų buvo tinkamų, nelabai tinkamų ir netinkamų.

1) Elektrinis sprendimas: nukabinus drabužį, gembė trumpam sujungia skambučio kontaktus.
2) Mechaninis sprendimas, kuris, deja, techniškai neveikia.
3) Šis siūlymas pagrįstas virvės tempimu.
4) Čia po gembe įtaisytas paslankus kumštelis; kai drabužis kabo (o ne nukabintas), įtaisas skleidžia nuolatinį garsą.
5) Šis primityvus siūlymas (kablys yra ir varpelio kankalas) yra akivaizdus ir todėl netinkamas apsidrausti nuo vagysčių.
6) Kablys be spyruoklės nesukels aliarmo signalo.
7) Keblus sprendimas naudojant 2 pneumatinius cilindrus.
8) Skambutis įtaisytas ant pakabos; praktiškai nenaudotinas įrenginys.

Nors tam tikras išvadas galima daryti ir iš šios atviros testavimo situacijos (autorius vėlesniuose egzaminuose prognozuoja sėkmę 82%), testų diagnostika siūlo *standartines*, griežtai apribotas užduotis, pasižyminčias aukštu *validumu* (tinkamumu) ir *patikimumu* (matavimo tikslumu).

Sudarinėjant testus dažniausiai skiriami techninis-konstrukcinis mąstymas (kaip viršutiniame pavyzdyje) ir techninė-praktinė veikla (kaip daugumoje tolesnių pavyzdžių). Viršuje problemos sprendžiamos techninių-mechaninių procesų prasme. Paskutiniu metu vietoj šių uždavinių pateikiamos kibernetinio ryšio problemos, padedančios tinkamiau tikrinti gebėjimus naudotis kompiuteriais. Tiriant praktinę veiklą manipuliuojama technine medžiaga arba paprasčiausiai tikrinami veiksmai per tam tikrą laiką.

B Testų pavyzdžiai

Testais tiriamos 3 svarbios sritys:

techninis mąstymas (1–5), *rankų miklumas* (7, 8), *gebėjimai kurti naujas konstrukcijas* (6).

1) Nesunku nustatyti skriemulių sukimosi kryptį, kai žinoma variklio sukimosi kryptis.
2) Katras darbininkas turi labiau įtempti jėgas ir kodėl?
3) Kai vėjas pučia iš priekio, vienas malūnas sukasi geriau, kuris?
4) Šiuo testu klausiama, kur link reikia judinti svertą, kad apatinis skriemulys suktųsi nurodoma kryptimi.

Norint teisingai išspręsti šią užduotį, pirmiausia reikia perprasti konstrukciją, kuri tiesinį judesį paverčia sukamuoju judesiu (kaip stūmoklinio variklio atveju).

5) Dar sudėtingesnis yra šis modelis. Reikia suprasti jo paskirtį ir nusakyti veikimo būdą: kas vyksta šildant vandenį?
6) Šis sudėtingas testas apie „siūlų stiprumo išbandymo mašiną". Paprastai iš pradžių tokia mašina apibūdinama, o paskui tiriamieji privalo sukurti mašinos ir atskirų jos detalių eskizus.

Vertinant tikrinama, ar gali būti svarstyklės su nevienodo ilgio svirties pečiais, kaip matuojamas tempimo didėjimas, ar brėžinys vaizdus.

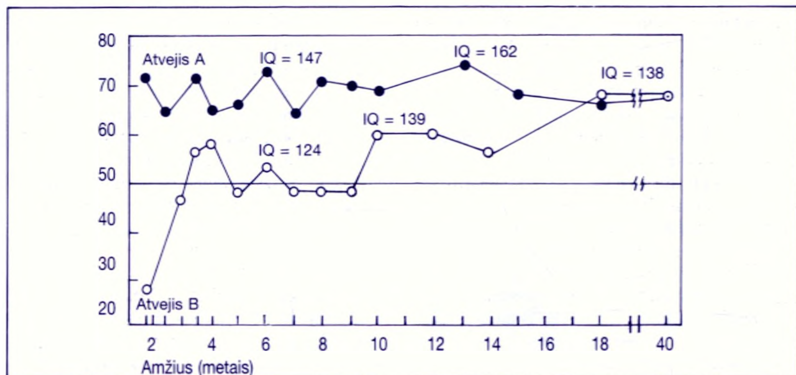
Itin išradingiems kartais dingteli, ką dar galima patobulinti.

7) Yra daugybė vielos lankstymo pavyzdžių; be paprastų, kaip, pvz., apskritimas, yra ir sudėtingesnių (žr. pav.). Tiriamieji kartu su plona viela dažnai gauna mažas plokščiąsias reples.

Vertinami rankų darbo ypatumai (taisyklingumas, eiliškumas, kruopštumas ir kt.) bei modelio kopijavimo tikslumas.

8) Daugybei veiklų svarbi rankų koordinacija. Abiejų rankų tikrintuvais tiriama, kiek suderinti rankų judesiai.

Senesniuose aparatuose tam buvo naudojamos sukamos rankenos, naujesniuose – ištrinama sąlyginių ženklų plokštė.



A Intelekto gebėjimai

% 001 03 16 50 84 97 99,9

IQ 55 70 85 100 115 130 145

①

③

④

②

⑤

⑥

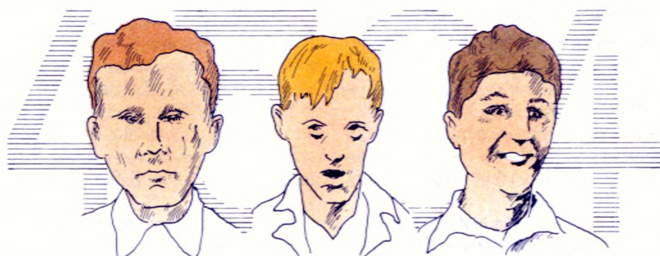
⑦

B Testų pavyzdžiai

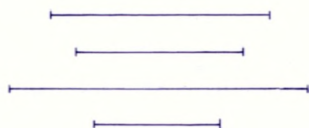
Intelekto matavimų istorija sena. Pirmieji matavimai (GALTON) buvo kokybiniai. Patobulinus eksperimentinių studijų ir statistinius tikrinimo metodus **intelekto testai** buvo tiek pakeisti, kad tapo įmanoma jais tirti visų gyventojų gebėjimus (intelekto koeficientas).
Šiandieniniai testai remiasi paplitusiomis intelekto teorijomis (žr. IX, 8). Pagal svarbiausius intelekto faktorius atskiri testai buvo sujungti į testų rinkinius.
Yra žodinių ir nežodinių testų, tačiau dauguma jų mišrūs (WECHSLERIO testas, R. AMTHAUERIO intelekto struktūros testas (IST) ir kt.).

A Intelekto gebėjimai
Seniau buvo spėjama, kad intelektas ilgainiui didėja, o nuo jaunystės išlieka, galima sakyti, pastovus. Naujesni tyrimai parodė, kad intelektas gali labiau kisti.
M. HONZIKO ir J. W. MACFARLANE (1973) tyrimais nustatyta, kad nuo 18 mėnesių iki 40 metų žmonių intelektas keičiasi labai skirtingai (rezultatų vidurkis 50).
A atveju IQ lygis gana pastovus.
B atveju – iš pradžių žemas, tačiau žmogus palaipsniui ugdo savo gebėjimus, kol jie tampa panašūs kaip ir A atveju.
Yra ir kitokių, čia nepavaizduotų atvejų, kai kreivių pradinis taškas yra aukščiau, tačiau ilgainiui jų lygis smunka; dar kiti pavyzdžiai rodo laipsniškai kylančius ar pastovius vidutinius rezultatus, kurių lygis vėliau gali kilti ar kristi.
Pokyčių priežastys labai įvairios. Vis dėlto svarbu tai, ko iš žmogaus reikalauja jo dvasinė situacija ir kiek žmogus pasirengęs ją (taip pat ir naujas sritis) priimti (intelekto motyvacija).

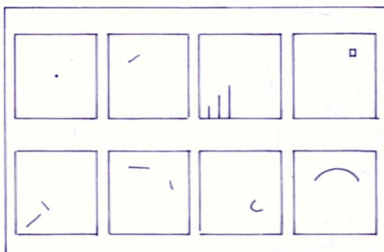
B Testų pavyzdžiai
Intelekto testai dažniausiai yra taip sukomponuoti, kad jų rezultatai „pasiskirsto normaliai" (žr. III, 2), t. y. pusei gyventojų (0,50) būdingi vidutiniai rezultatai – apie 100 taškų. Apskaičiuoti procentai rodo, kokiam gyventojų kiekiui tinka rezultatai, pvz.:
0,84 – IQ 115 reiškia: 84% gyventojų IQ yra iki 115, 16% – daugiau kaip 115.
1) Nuo 1905 m. Prancūzijos vyriausybės pavedimu BINET ir SIMONAS kūrė atrankos į įvairių rūšių mokyklas sistemą; vėliau pagal ją parengtas „binetariumas" – dėžė su įvairiopa testų medžiaga intelekto raidai tirti.
Kitose šalyse ši testų sistema buvo pakeista, pvz., JAV STANFORDO ir BINET intelekto testas, sudarytas iš paveikslėlių serijų, kortelių su užduotimis, medinių rutuliukų ir kt., skirtas tirti standartiniam proto amžiui (PA – tam tikro amžiaus intelekto lygis).
2) Pirmojoje XX a. pusėje buvo sukurta be galo daug testo užduočių, kurios antrojoje šio amžiaus pusėje buvo nedaug papildytos, daugiausia buvo tobulinami jų kokybės kriterijai.
Viena tokių testo užduočių – sudėti sukarpytus veido paveikslėlius.
3) Atlikdami prancūzišką dėlionės (Mosaique de Gille) testą vaikai turi:
išrinkti trūkstamą iškarpą iš 8 pateiktų.
4) Atlikti CHARKOVO testą padeda dėsningumo paieškos:
Kaip toliau pakis ši figūrų eilė?
5) Labai daug yra testo užduočių su paveikslėlių serijomis, kuriuos reikia išdėstyti iš eilės ir tuo įrodyti gebėjimą logiškai mąstyti:
Kuris po kurio seka 1, 2, 3, 4 paveikslėliai?
Panaši yra žodinė loginių funkcijų tikrinimo seka, pvz., klausiama, kaip galima *apibendrinti* žodžius:
tramvajus, dviratis, taksi.
Kitos rūšies užduotys klausia, kas ką atitinka, kaip, pvz., vasara susijusi su žiema, kaip šiluma – su šalčiu. Kiti klausimai:
Snaigė: motociklas = lėtai: .... ;
stiebas: rugių laukas = medis: .... ;
sėkmė: išdidumas = nesėkmė: .... ;
kvadratas: kubas = apskritimas: ....
6) Be to, yra daugybė užduočių serijų, kurių tikslas – nustatyti, kiek vertinimas taiklus.
Šiame paprastame pavyzdyje klausiama, kuri iš pavaizduotų rankų yra kairė.
7) Tarp neverbalinių testų yra daug užduočių abstraktaus mąstymo gebėjimams tirti.
Šiame pavyzdyje, atsižvelgiant į eilės tvarką, iš dešinėje esančių 5 ženklų turi būti išrinktas (užbraukiant) ketvirtas ženklas, tinkantis prie kairėje esančių kitų 3 ženklų: viršutinėje eilėje (taškas, dvitaškis, brūkšnys, ?) – tai dvigubas brūkšnys.
Paskutiniais metais intelekto testai buvo smarkiai kritikuojami už tai, kad neatsižvelgiama į intelektinę aplinką ir tuo skriaudžiami žemesnieji gyventojų sluoksniai. Visuomet reikią turėti omeny, kad tokių tyrimų reikšmė *abstrakti*, ir apmąstyti, kaip galima žmogų motyvuoti toliau ugdyti savo intelektą. Mat intelektas nėra tik pasyvi vertybė, greičiau – aktyvus problemų sprendimas.



A Asmenybės bruožai



B_1 Vertinimų iš akies testas



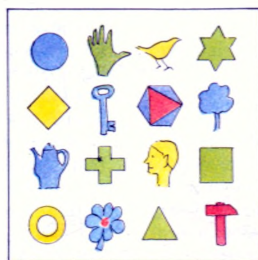
B_2 Warteggo piešinių testas



B_3 Išardytų struktūrų testas



B_4 Spalvų testas



B_5 Spalvos ar formos pasirinkimas



B_6 Interesų testas

59 Manau, kad elgesio laisvė yra svarbiau negu geros manieros ar pagarba įstatymui. a) tiesa, b) abejotina, c) netiesa.

B_7 16 AF testas



B_8 Barrono–Welsho meninių gebėjimų skalė

B Testų pavyzdžiai

Asmenybės sąvoka yra viena plačiausių psichologijos sąvokų. Todėl dėl jos diskutuojama dažniausiai prieštaringai. Be daugiau ar mažiau filosofiškai nuspalvintų asmenybės teorijų, yra bruožų teorijų (kurios daugiau domisi atskirais bruožais), greta faktorių teorijos aiškinamų modelių egzistuoja neišplėtoti (nereflektuoti), naivūs gelmių psichologijos bei psichofiziologiniai modeliai (plg. XII).

Yra dar ir matavimo problema.

Vertinama gali būti įvairiais tikslais; galima teikti pirmenybę *labai ribotoms* sritims arba orientuotis tik į *visumą*.

A Asmenybės bruožai

Du garsūs amerikiečių psichologai G. W. ALLPORTAS ir H. A. ODBERTAS sudarė 4504 asmenybės bruožų enciklopedinį žodyną.

Tai, kad šie 3 jaunuoliai (pav. A) yra skirtingi, matyti iš pirmo žvilgsnio.

Bandydami išvardyti visus skirtumus, rastume jų tūkstančius. Kiekvieno žmogaus bruožų spektras sudėtingas. Nėra „paprastų" žmonių, kita vertus, negalima analizuoti be galo. Ieškoma vidurio:

arba mažinama stebimų bruožų grupių, arba paliekama jų daugybė, bet ji mažiau diferencijuojama.

Taip priartėjama prie diagnostiškai apžvelgiamų asmenybės modelių. Žinoma, atsiradus įspūdingai (elektroninei) kibernetikai, sudėtingumo daugiau nesibaidoma. Šie modeliai remiasi semiotika (žr. XII, 4) ir operuoja jos taksonominiais ekrane matomais vaizdais. Žinoma, dėl to padidėja ir diagnostiniai reikalavimai.

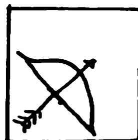
B Testų pavyzdžiai

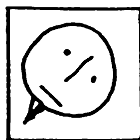
(B_1) Šiuo testu tikrinami „vertinimai iš akies": tiriamas tik *atskiras* neesminis asmenybės požymis.

Pirmiausia reikia nustatyti, kur yra šių brūkšnių vidurys, o paskui juos padalyti į 3 vienodo ilgio dalis.

(B_2) WARTEGGO **piešinių testu,** priešingai, siekiama apibūdinti visumą. Tiriamasis, atsižvelgdamas į pradinius ženklus, 8-iuose langeliuose turi užbaigti objektų eskizus.

Pvz., norima nustatyti, kaip yra suvokiamos pirmame apatinės eilės kvadrate viena priešais kitą pavaizduotos linijos: ar tiriamasis jas „pratęs" (pvz., kaip strėlė ir lankas), ar „apeis" (pvz., pavaizduos kaip veido dalis).





Tolesni testų pavyzdžiai susiję su 4 asmenybės sritimis: suvokimo apercepcija, interesų struktūromis, socialiniais požiūriais, estetiniais vertinimais.

(B_3) Ši eilė ženklų paimta iš **Išardytų struktūrų testo** (F. SANDER). 5 kampai iš pradžių aiškiai vaizduoja veidą. Palaipsniui sukant kampus veido vaizdas suyra.

Pasirodo, kad einant priešinga kryptimi (iš dešinės į kairę) vaizdas išryškėja nevienodai greitai: kai kurie tiriamieji profilį įžvelgia greičiau nei kiti.

(B_4) Šia kontroline lentele (sumažinta) tiriamas **daltonizmas.**

(B_5) Yra įvairios struktūros **spalvos ar formos pasirinkimo testų.**

Pavyzdys – trumpas skaidrių demonstravimas. Spalvas pastebintys tiriamieji objektus grupuoja pagal spalvą, formas pastebintys – pagal formą.

Vaikas iš pradžių labiau pastebi *spalvas*, vėliau – *formas*. Spėjama, kad tai, kam teikiama pirmenybė, priklauso nuo konstitucinio tipo, be to, pastebintieji formas yra labiau intravertai, pastebintieji spalvas – ekstravertai.

(B_6) Asmenį labiausiai apibūdina interesai. Todėl tarp asmenybės testų yra daugiau **interesų testų** (CLEETON, MITTENECKER ir TOMAN, TODT, BENGE ir kt.). Daugelis jų tiria profesinius interesus, kurie svarbūs profesiniam konsultavimui.

Pavyzdyje (sutrumpintai) pateiktas fragmentas iš M. IRLE'S Profesijos interesų testo (PIT), kuris skatina pagal aplinkybes lyginti 4 alternatyvas.

(B_7) Vienas žinomiausių žodinių asmenybės testų yra R. B. CATTELIO **16 asmenybės faktorių klausimynas** (16 AF), tiriantis daugiausia *socialinius* bruožus.

Pavyzdyje pateiktas A formos 59 klausimas (vienas iš 187), susijęs su vyravimu.

(B_8) Kiek retesni *estetinio* vertinimo testai. Šis pavyzdys paimtas iš BARRONO–WELSHO meninių gebėjimų skalės; juo siekiama nustatyti, kuriems estetiniams kūriniams teikiama pirmenybė.



A Praleidimų testas

B Testų pavyzdžiai

Pati plačiausia testų grupė yra **mokykloje taikomi testai.** Tai susiklostė istoriškai. Kad būtų galima atrinkti mokinius į įvairias mokyklas, reikėjo vis naujų, dar nežinomų metodų; be to, jau nuo seniai aukštosiose mokyklose svarbiu dalyku laikoma pedagoginė psichologija, kurios atstovai dažnai domėdavosi eksperimentine mokinių atranka. Vėliau daugelyje šalių pradėti taikyti stojančiųjų į aukštąsias mokyklas atrankos metodai, kaip, pvz., MGT (Mokyklinių gabumų testas) JAV.

A Praleidimų testas

Vroclavo miesto valdžia 1895 m. paklausė tenykščio psichologijos ordinarinio profesoriaus HERMANNO EBBINGHAUSO (1850–1909) nuomonės dėl susirūpinusių tėvų skundo: neva jų vaikams per popietinius užsiėmimus keliami per dideli reikalavimai, tai nė kiek negeriną mokymosi rezultatų. EBBINGHAUSAS norėjo į šį klausimą atsakyti eksperimentiškai ir tuo tikslu sukūrė Praleidimų testą.

Pateikti mokiniams suvokiami prozos tekstai, kuriuose buvo nedidelių praleidimų: praleisti tai atskiri skiemenys žodžio pradžioje, viduryje ar pabaigoje, tai skiemenų dalys, tai žodžiai.

Vaikai turėjo papildyti tekstus tik pagal prasmę (jie buvo iš JONATHANO SWIFTO „Guliverio kelionių"). Lygindamas ikipietinio ir popietinio mokymosi rezultatus, EBBINGHAUSAS galėjo tiksliau pasakyti, ar šis papildomas krūvis vaikams naudingas, ar žalingas. Šitaip EBBINGHAUSAS tapo pirmojo mokyklinio testo kūrėju.

B Testų pavyzdžiai

1) ALFREDUI BINET (1857–1911) ir THEODORE'UI SIMONUI (1873–1961) XIX a. pabaigoje Prancūzijos švietimo ministerija pavedė sukurti metodą, kuris padėtų atskirti, ar vaikai „normalūs", ar jiems „reikalinga pagalbinė mokykla". 1905 m. mokslininkai pirmą kartą pateikė savo estafetinę sistemą ir tikrino, koks intelektas būdingas tam tikram žmogaus amžiui (3–15 metų). Peržiūrėję 1908 m. ir 1911 m. leidinius, jie sumažino klausimų iki 4–6 kiekvienai amžiaus pakopai. Ši vėliau **binetariumu** pavadinta sistema įvairiose šalyse buvo pertvarkyta (JAV – į STANFORDO ir BINET IQ testą, Vokietijoje – į BINET, SIMONO ir BOBERTAGO testą) ir iki šiol naudojama atrankai į mokyklas.

Antai pavyzdyje (vyresnio amžiaus mokiniams) matyti, kad skaičius 13 yra tik trikampyje; klausiama: kur yra 3, 4, 5? (BOBERTAGO leidinys).

2) Panašiomis testų sistemomis tiriamas **rankų miklumas**, pvz.:

Dėžė su skylutėmis 3 dydžių kištukams.

3) Remiantis STANFORDO ir BINET testu sukurta viena testo užduočių **erdvės suvokimui** tirti.

Klausiama, kuri kubelio išklotinė atitinka kairėje viršuje esantį modelį (= išklotinė, esanti apačioje dešinėje).

4) „Binetariumo" postūmio dėka tapo aišku, kad daugybę **mokyklose taikomų** testų ypač išplėtojo trečiojo–ketvirtojo dešimtmečio prancūzų psichologija. Šis ir po to einantis testo pavyzdys paimtas iš BINET sistemos bendraleidėjo THEODORO SIMONO AT (Asmenybės tyrimo) testo.

Jaunuoliai turi rasti, kas daugelyje situacijų, kaip ši, yra neįmanoma (kitos situacijos yra, pvz., moteris su 2 kairiosiomis rankomis, NAPOLEONAS, kalbantis telefonu su BLÜCHERIU, vyras, pilantis vandenį iš sifono, kurio vamzdelis nesiekia skysčio).

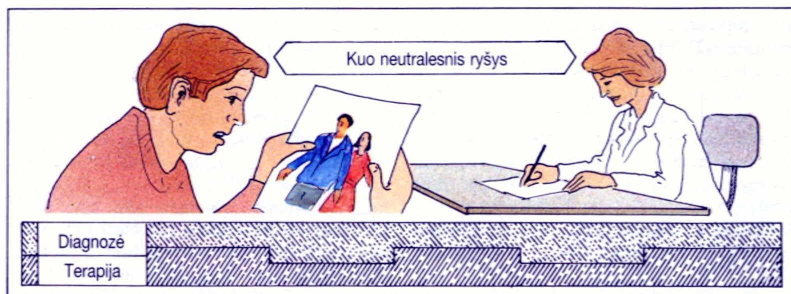
5) Šis **paveikslėlių testas** pagrįstas logine seka: vaikui reikia ją atpažinti ir perteikti – įrašyti į apskritimus paveikslėlių eilės numerius (čia pavaizduota teisinga seka).

6) R. B. ir A. K. S. CATTELLIŲ AGTI (Asmenybės ir gebėjimų tyrimo instituto) amerikietiškas bendrakultūrinis testas yra iš esmės aukštesnio, abstraktesnio lygio.

Iš į dešinę nuo tuščio kvadrato esančios eilės reikia pasirinkti *piešinėlį*, kuris pratęstų kairėje esančių piešinėlių seką. Viršutinėje eilėje tai būtų paveikslėlis Nr. 1. Paveikslėlyje perteiktos dvi užduotys iš 1 testo – pirmoji ir dvyliktoji (paskutinė) užduotis.

Sudėtingesnių mokykloje taikomų testų atveju (kai dalykai leidžiami studijuoti tik ribotam dalyvių skaičiui) kiekvienam egzaminui naujai sudaromi skirtingų testų rūšių deriniai. R. BRICKENKAMPAS (1975) mokyklinius testus skirsto į 9 grupes:

Priėmimo į mokyklą testai padeda atrinkti mokyklai pasirengusius vaikus.
Specialūs pasirengimo mokyklai testai taikomi kai įtariamos specifinės negalios.
Alternatyvių atsakymų testai padeda nustatyti rezultatų galimybes.
Skaitymo testai.
Rašybos testai.
Žodžių atsargos testai padeda vertinti pasyvią žodžių atsargą.
Skaičiavimo testai.
Užsienio kalbų testai.
Kiti mokyklinių gebėjimų testai tiria atskirus dalykus.



A Testavimo situacija



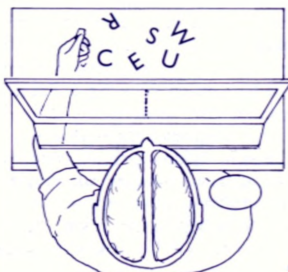
B_1 Landolto žiedai



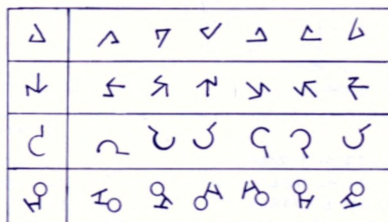
B_2 Taškavimas



B_3 Pembertono testas



B_4 Laterališkumas



B_5 Atrankos testas



B_6 Szondi testas

B Testų pavyzdžiai

Klinikinės psichologijos (žr. XIX) ištakos Prancūzijoje: 1838 m. J. É. D. ESQUIROLAS pirmą kartą panaudojo žodines užduotis proto negaliai nustatyti. Tik į XIX a. pabaigą (GALTON, KRAEPELIN ir kt.) testu susidomėjo kitos šalys. **Klinikinė psichodiagnostika** šiandien yra plati ir daugelyje psichoterapijos krypčių įsitvirtinusi disciplina.

A Testavimo situacija

Testavimo situacija yra problemiškesnė nei kitos psichodiagnostikos sritys. Apskritai testavimas yra *tikrinimas;* tiriamojo ir tyrėjo ryšys turi būti kuo neutralesnis, kuo mažiau asmeniškas, kad nekontroliuojamai neveiktų tikrinimo rezultatų. Klinikinėje psichologijoje taikoma diagnostika yra jau terapijos dalis. Taigi klinikinis psichologas diagnozuodamas visiškai neatsisako terapeuto vaidmens. Kadangi terapijos mokykla reikalauja gilintis į klientą, terapeutas diagnozuodamas turi pagal aplinkybes atsižvelgti į bendras testo atsakymų klaidas. Terapijos tikslais gauti testų rezultatai nebūtinai turi būti lyginami su testų rezultatais, gautais atliekant su kitais uždaviniais susijusius tyrimus.

Antras dalykas yra testų tikslai. Asmenybės ypatumai, apie kuriuos dažniausiai teiraujamasi, yra psichikos sutrikimai. Juos apibrėžti trukdo tai, kad įvairios disciplinos (psichiatrija, psichologija, socialiniai mokslai) bei mokyklos (psichoanalizė, elgesio terapija, pokalbių terapija ir kt.), sutrikimus aiškino savaip. Trečias šios srities ypatumas yra skirtingos skalės. Proto negalių kriterijai netinka baimės būsenoms, agresyviam sutrikusiam elgesiui ar depresijai vertinti. Klinikinė psichologija taiko daug specialių testų atskiriems sutrikimams tirti, dažniausiai anketas, kurių negalima sukeisti (žr. XVIII, 3). Bendri testai įvairiems sutrikimams yra retesni arba dėl jų smarkiai ginčijamasi.

B Testų pavyzdžiai

Kadangi klinikinės psichodiagnostikos situacija išoriškai nėra vientisa, pateikti pavyzdžiai atspindi ne tiek bendrą sritį, kiek tam tikras numanomas jos ribas.

(B_1) Plati testų sritis tiria *jutimų gebėjimus* (rega, klausa, uoslė, skonis, lyta) bei tokias patyrimo formas kaip erdvės ir laiko suvokimas, sąmonės lygiai.

Dažniausi regos testai yra LANDOLTO žiedai: prašoma pasakyti, kurioje pusėje išpjova (jų dydžio gradacija tolygesnė negu įvairių formų raidžių bei skaičių).

(B_2) *Motoriniai gebėjimai* gali būti tiriami **taškavimu** (Titnago testas):

Dešine, po to kaire ranka minkštu pieštuku per 6 sekundes reikia pritaškuoti kuo daugiau taškelių vieną šalia kito.

Vyrų vidutinio judrumo rezultatai yra 83 taškai, moterų – 85 taškai (aukščiausi rezultatai: vyrų – 102, moterų – 110; žemiausi (10%): vyrų – 73, moterų – 71).

(B_3) Populiari forma, padedanti nustatyti daugeliui psichikos sutrikimų būdingą **suvokimo gebos** inertiškumą, yra neužbaigti paveikslėliai (PEMBERTON).

(B_4) R. W. SPERRY dėka į klinikinę diagnostiką įtraukti informaciją pertvarkančių **pusrutulių vyravimo** (laterališkumo) tyrimai.

95% dešiniarankių ir 60% kairiarankių vienas smegenų pusrutulis vyrauja kito atžvilgiu; vyrauja kalba arba erdvės suvokimas, loginis asociatyvus arba intuityvus vientisas mąstymas. Abirankių (ambidekstrų) ir tariamų dešiniarankių (kairiarankių, išmokytų kaip dešiniarankių) šis santykis dar sudėtingesnis. To išdava yra funkcinė asimetrija arba laterališkumo stoka (PERRET).

Atliekant šį tyrimą reikia pabraukti tą dešinėje eilutės dalyje esančią figūrą, kuri yra pasukta ir atitinka kairėje esantį pavyzdį (bet nėra veidrodinis jo atspindys).

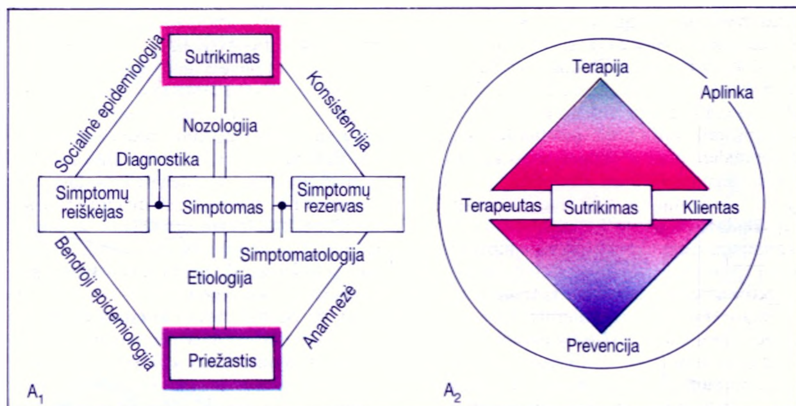
(B_5) **Atrankos testu** (NEISSER, BECKLEN) tiriamas gebėjimas išskirti sinchroninius vaizdus. Manoma, kad atrankos sutrikimus lemia amžius: antai vyresnio amžiaus žmonės triukšmingame pobūvyje sunkiau skiria, kas yra kalbama („pobūvio kurtumas").

(B_6) Vienas iš nedaugelio testų, kuriais bandoma skirti psichikos sutrikimus, yra ginčytinas **SZONDI testas.**

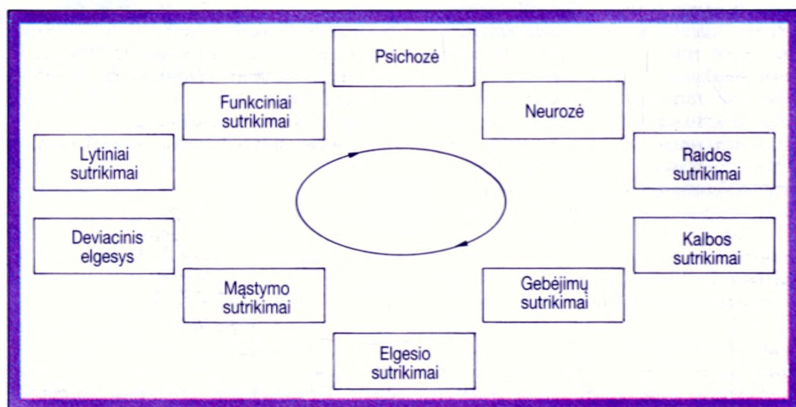
Reikia iš 48 (6×8) paveikslėlių serijos, vaizduojančios ankstesnius psichiatrijos pacientus, išrinkti 2 simpatiškiausius ir 2 nesimpatiškiausius. Taip galima atrinkti žmones, linkusius į sadizmą, mazochizmą, katatoniją, paranoją ir kt.

Paaiškėjo, kad testas nevienodai sėkmingas. Dideli svyravimai (L. LASZLO ir kt.) rodo, jog bendri klinikiniai testai dar nėra tobuli. Šiandien jie taikomi ne tik anamnezei rinkti (kaip pirminis tyrimas). Grįžtamojo ryšio modelių atveju (SCHIEPEK, 1986) testai taikomi drauge su terapija. Tada galima pasirinkti terapiją, atitinkančią reikalavimus:

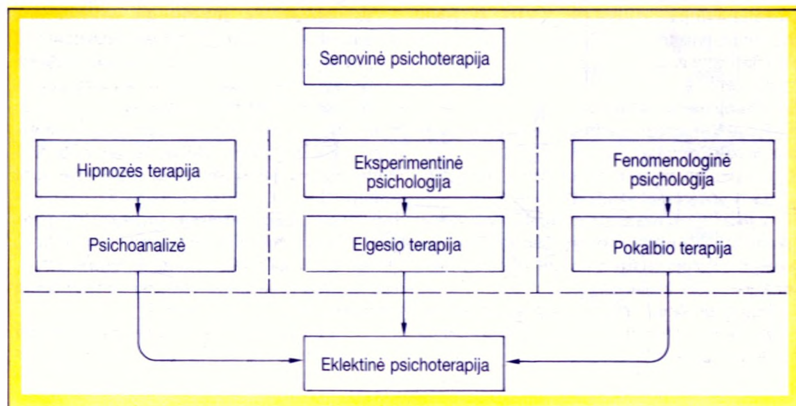
„Diagnostika, terapijos planavimas ir pati terapija yra savireguliacinės sistemos (SCHULTE, 1982).



A Klinikinės psichologijos sistema



B Psichikos sutrikimai



C Psichoterapijos istorija

Klinikinė psichologija pavadinimą gavo iš JAV psichologijos, nes čia psichoterapija buvo glaudžiau susijusi su psichologijos *klinikomis*. LIGHTNERIS WITMERIS, pirmojo psichologijos instituto Leipcige įkūrėjo WILHELMO WUNDTO mokinys, grįžęs į Filadelfiją (JAV) XX a. pradžioje atidarė pirmąją psichologijos kliniką ir 1907 m. ėmė leisti žurnalą „Psichologijos klinika". Taip klinikinės psichologijos pavadinimas paplito visame pasaulyje, nors labai daug klinikinių psichologų dirba ne klinikose.

A Klinikinės psichologijos sistema

Kadangi dabar daugiausia psichologų dirba klinikinės psichologijos srityje (apie 42%), taikomoji klinikinė psichologija paskutiniais dešimtmečiais tapo labai populiaria tema. Dabar jau įmanoma susisteminti jos *funkcijas* ir *temas*.

(A_1) Šio kibernetinio modelio pagrindas yra vidurinė ašis: *sutrikimas–simptomas–priežastis*. Kiekviena terapijos kryptis turi atsakyti į klausimus:

Kas yra sutrikimas, kaip jis atsiranda, kokios jo priežastys?

Simptomai (sutrikimo požymiai) priklauso „simptomų reiškėjui" (pacientas, klientas, patarimo ieškantysis ir kt.) ir yra „simptomų rezervo" (maksimalus sutrikimo požymių rinkinys, žr. B) dalis. Taip paaiškėja 8 ašys, atitinkančios 8 tyrimų sritis:

nozologija (sutrikimų aprašymo mokslas),
simptomatologija (sutrikimų požymių apibūdinimas),
etiologija (priežasčių tyrimas ir mokslas),
diagnostika (sutrikimo atpažinimas),
konsistencija (sutrikimo stiprumas ar jautrumas įtakai),
anamnezė (galimų priežasčių supratimas),
bendroji epidemiologija (psichikos sutrikimų paplitimas),
socialinė epidemiologija (klientų sutrikimų ir aplinkos ryšys).

(A_2) Psichikos sutrikimą su išvardytomis klinikinės psichologijos sritimis galima susieti kaip pavaizduota pav.

Terapija apima *terapeuto* tarpininkavimą (galimų priemonių suma) *klientui*.

Priešais šį trikampį pavaizduotas kitas trikampis, vietoj terapijos nurodantis *prevenciją* (kelio užkirtimą psichikos sutrikimams).

Šis tarpininkavimo dalyvių tarpusavio ryšys yra *aplinkos* ir jos įtakos terapijos bei prevencijos vyksmui dalis.

B Psichikos sutrikimai

Viena sudėtingiausių klinikinės psichologijos problemų yra psichikos sutrikimų *klasifikacija*. Iš esmės kiekvienas psichikos gebėjimas gali keleriopai sutrikti. Todėl yra daugybė sutrikimų su įvairiopais simptomais ir sindromais (simptomų visumos). Sutrikimų apibūdinimai rutuliojosi iš dalies ne vieną tūkstantmetį: kai kurie atsirado neseniai. Todėl nėra nieko stebėtino, kad jie taip paprastai neįsiterpia į sistemą.

Čia (pav. B) sutelkti svarbiausi (vienas kitą papildantys) sutrikimų, atskirai nagrinėjamų tam tikruose skyriuose (pvz., asmenybės sutrikimai – žr. XII) apibūdinimai.

Drauge kyla klausimas, kiek sutrikimai gali kisti.

C Psichoterapijos istorija

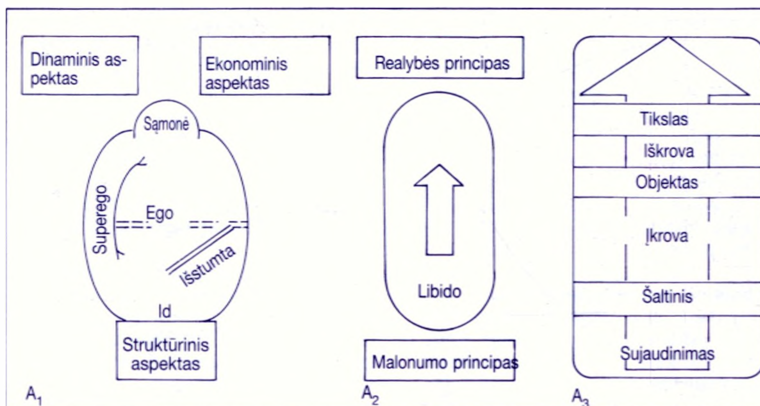
A. A. ROBACKAS savo „Visuotinėje psichologijos ir psichiatrijos istorijoje" (1970) nurodo, kad akmens amžiuje jau buvo „urvo terapeutų", kurie išmušdavo viršugalvyje skylę, kad „iš paciento išeitų piktosios dvasios; nenumatytas poveikis būdavo tas, kad sumažėjus audinių ir skysčių krisdavo ir osmosinis slėgis".



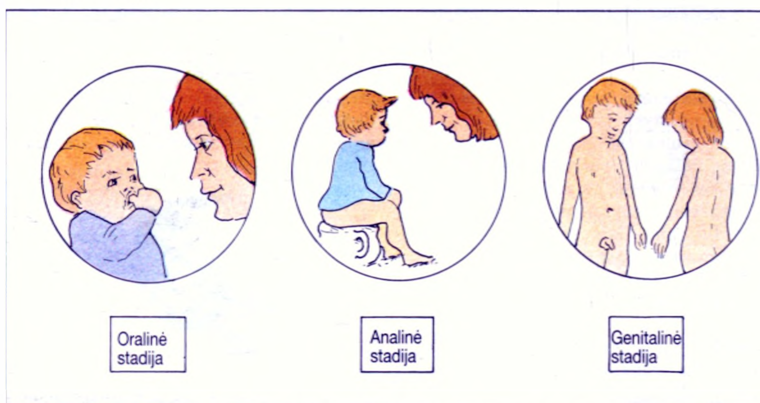
Šis paveikslas rodo akmens amžiaus trepanaciją. Kai kurios senovinės terapijos formos išliko iki Vidurinių amžių (iš dalies kaip, pvz., egzorcizmas – ir iki dabar).

Naujųjų amžių pradžioje pradėta sistemingai naudoti *hipnozę* (žr. XIX, 12), o jos atsisakius išsirutuliojo psichoanalizė. Iš *eksperimentinės psichologijos* susiformavo elgesio terapija, o iš *fenomenologinės psichologijos* (žr. II, 1) – pokalbio terapija ir kt. Dabar yra apie 140 žinomų psichoterapijos rūšių (KRECH ir CRUTCHFIELD, t. 8, 1985).

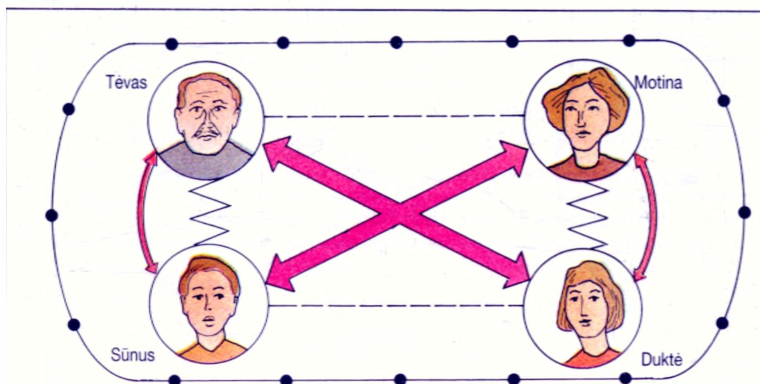
Tokia jų gausybė verčia klinikinę psichologiją tapti palaipsniui pradedančia formuotis eklektine psichoterapija, kuri vargu ar pakeis ankstesnes terapijos mokyklas, tačiau, matyt, apims tam tikras dabartines mokyklas su jų terapijos skirtumais. Kituose skyriuose nagrinėjamos svarbiausios psichoterapijos kryptys.



A Metapsichologija



B Libido struktūra



C Edipo kompleksas

SIGMUNDAS FREUDAS **psichoanalizę** tobulino visą savo ilgą gyvenimą. Dėl to ji yra daugiasluoksnė ir jos neįmanoma vientisai nagrinėti. Tačiau galima skirti esminius dalykus, kurie ir šiandien apibūdina ortodoksinę psichoanalizę. Kadangi psichoanalizę FREUDAS kūrė remdamasis savo paties patyrimu, vargu ar galima tikėtis, jog ji išliks nepakitusi.

Šiandieninė psichoanalizė visuomet yra tam tikra FREUDO psichoanalizės *variacija* (jei neinama apskritai kitu keliu, kaip neoanalizė, žr. XIX, 4). Kaip apie jokią kitą terapiją, apie psichoanalizę imta anksti viešai diskutuoti ypač dėl to, kad ji neigė dvasinę sritį ir atvirai nagrinėjo lytiškumą, daugiausia jo pirmykštę formą.

A Metapsichologija

„Kadangi negaliu valdyt dangaus, bandysiu pragarą išjudint".

Šią eilutę iš VERGILIJAUS „Eneidos" FREUDAS pasirinko savo pirmosios didelės knygos „Sapnų aiškinimas" epigrafu. To meto sąmonės psichologija neįstengęs paaiškinti savo klinikinių patirčių, jis pats sukūrė tokio „pragaro" psichologiją, vėliau pavadintą gelmių psichologija.

(A_1) Svarbiausias uždavinys buvo parengti naują žmogaus modelį, kurį 1932 m. jis vaizdavo panašiai kaip šiame eskize. *Dinaminis* aspektas apibūdina priešingų sielos jėgų konfliktą, *ekonominis* – šitų dalių energijos virsmus, o *struktūrinis* aspektas – jų vidinę struktūrą (asmenybės struktūros modelis):

Ego (nesąmoningai sąmoningas Aš);

Superego (atstovauja Aš idealui; internalizuotas „kontrolės balsas");

Id (instinktų polius).

(A_2) Į šį instinktų polių pirmiausia žiūrima kaip į libido, kaip į fizinį bei psichinį lytiškumą apimančią energetinę sąvoką. Id veikia pagal *malonumo principą*, o Ego (kurį FREUDAS daug kartų aiškino skirtingai) – pagal *realybės principą*.

(A_3) Libido yra kūniško sujaudinimo *šaltinis*; *tikslas* – šios įtampos energijos iškrova; tam reikalingas *objektas* kaip reali ar įsivaizduojama priemonė (pvz., objekto pakaitalu gali būti mylimas žmogus).

B Libido struktūra

Anot FREUDO, libido raida prasideda ne lytinio brendimo metu. Jau ankstyvojoje vaikystėje, iš dalies kaip daliniai instinktai, pasireiškia autoerotizmas savo kūno atžvilgiu. Šių instinktų šaltinis iš pradžių vieni kūno organai, vėliau – kiti. Pagal pasitenkinimo (įtampos atpalaidavimo) būdą galima skirti 3 pagrindines stadijas.

Oralinė stadija (maždaug 1 metai).
Pasitenkinama žindant, laikant ką nors burnoje, gurkšnojant, liečiant lūpomis; vėliau – kandžiojant, spjaudant, mėtant, ryjant daiktus („kanibalinė" stadija). Bijoma prarasti oralinius malonumus.

Analinė stadija (maždaug 2–3 gyvenimo metai). Plečiasi veikla. Atsiranda konstruktyvių ir destruktyvių polinkių. Pasitenkinama tuštinantis. Bijoma prarasti įtaką.

Genitalinė stadija. Ansktyvojoje genitalinėje fazėje, apie 4–5 gyvenimo metus, pasireiškia migloti impulsai skirti lytis (žr. C Edipo kompleksas). FREUDO manymu, lyties organų, kaip pasitenkinimo objektų, atradimas yra vėlesnės raidos pagrindas.

C Edipo kompleksas

SOFOKLIO tragedijoje „Edipas karalius" sūnus nužudo tėvą ir veda motiną.

FREUDAS šiuo pavadinimu kaip metafora apibūdina ankstyvuosius lytinius troškimus. Pagal šį modelį berniukui atsiranda infantilių polinkių motinos atžvilgiu (*Edipo kompleksas*), o mergaitei – tėvo atžvilgiu (*Elektros kompleksas*; ne FREUDO terminas); drauge trokštama pašalinti tos pačios lyties asmenį (tėvą ar motiną). Tiesa, FREUDAS tokį priešiškumą iš dalies sušvelnina, nes teigia, kad tai – dvilypis santykis (meilė ir neapykanta) tos pačios lyties vienam iš tėvų:

Berniukas „tuo pačiu metu elgiasi kaip mergaitė; su tėvu jis švelnus, moteriškas".

Vėlesni gelmių psichologai šį modelį papildė iš dalies dvilypiais *tėvų* santykiais (ERIC BERNE, žr. XIX, 8) ir *brolių bei seserų* tarpusavio rungimusi (ALFRED ADLER, žr. XIX, 8).

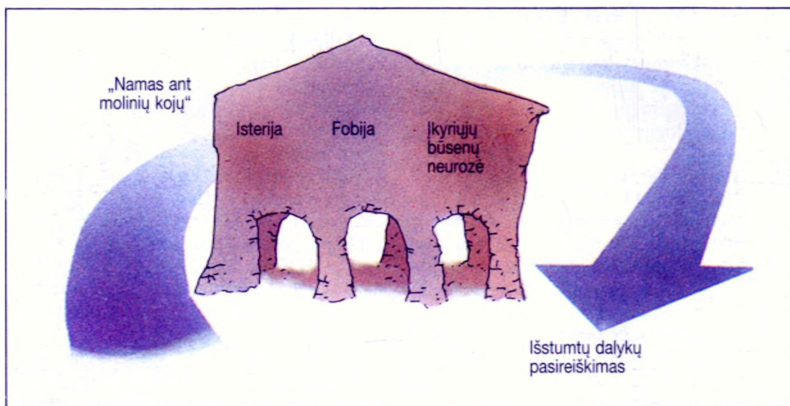
Edipo komplekso, kaip kiekvieno žmogaus išgyvenamos stadijos, pripažinimas FREUDUI buvo psichoanalizės „šiboletas" (Biblijos sąvoka, ženklas, reiškiantis absoliutų skirtumą), „skiriantis psichoanalizės šalininkus nuo jos priešininkų".

Taip ši „dogma", kurios neįmanoma moksliškai ištirti dėl jos *nepatikrinamumo* (dvilypumo patikrinti neįmanoma), tapo minimos mokyklos pagrindu.

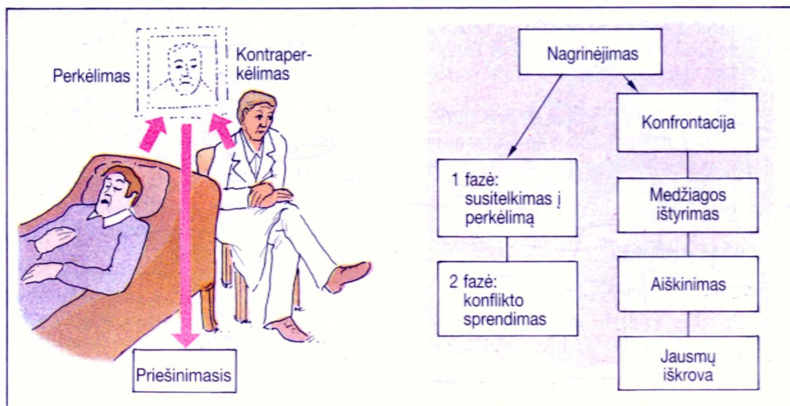
Nors tapatinimosi su lytimi *sunkumai* yra neginčytinas dalykas, tačiau dėl šio esminio teiginio, t. y. Edipo komplekso, nuo FREUDO atsiskyrė daugelis ankstyvųjų psichoanalitikų.



A Gynybos mechanizmai



B Neurozių teorija



C Analitinė terapija

Apie pasąmonę kalbama seniai, bent jau nuo LEIBNIZO. FREUDO supratimu, ši (anksčiau psichologijos beveik nepripažinta) psichikos dalis yra daugiau negu tik tai, kas yra „po" sąmone.

Pasąmonę FREUDAS įsivaizdavo kaip ypatingą *vienetą* su jam būdinga logika (sapno logika ir pan.) ir pačiam žmogui nepastebimais sumanymais (atpažįstamais iš klaidingų veiksmų ir kt.).

Šis pasąmonės *atskyrimas* (demarkacijos linija, arba cezūra) buvo visaip kritikuojamas.

A Gynybos mechanizmai

Pasak FREUDO metapsichologijos, žmogaus įprasminti skausmingi išgyvenimai išnyksta užmarštyje. Tačiau tai ne visuomet pasiseka. Kai kurie slegiantys išgyvenimai aktyviai išstumiami, pvz., savaip aiškinami. Kaip tyrinėdamas sapnus pastebėjo FREUDAS, išgyvenimus pasąmonė maskuoja: jie keičiami, iškreipiami, dramatinami, paverčiami simboliais. Anot jo, sapnas yra „slaptas norų įvykdymas". Aiškindamas sapnus jis bando suprasti pasąmonės kalbą sapne:

iššifruoti už akivaizdaus *sapno turinio* esančias *slaptas sapno mintis*.

Tačiau ne tik sapnus, bet ir dienos fantazijas, pagaliau ir budinčią sąmonę, kaip ir sapną, veikia daug nesąmoningų mechanizmų. Psichoanalizės tikslas yra prasiskverbti į šį nepažįstamą žmogaus psichologijos lauką. Čia veikia gausybė *gynybos mechanizmų*, kurių pagrindinė forma – **išstūmimas** (t. y. kas nors nustumiama į pasąmonę ir ten fiksuojama kaip nežinomas kompleksas). Be patologinio išstūmimo, yra ir „normalių" gynybos mechanizmų, iš kurių (yra ir tokių, kaip savęs išsižadėjimas, užsispyrimas, faktų ignoravimas) paminėtini 8 svarbiausi:

Atvirkštinis reagavimas – „pasikartojanti priešinga įkrova", t. y. persiėmimas realiems jausmams priešingais jausmais.

Projekcija – savo nesąmoningų jausmų priskyrimas kitiems.

Introjekcija – į vidų perkeliamų išorinių grėsmių virtimas konfliktinėmis fantazijomis.

Tapatinimasis gali reikštis įvairiomis formomis, pvz., kaip pritarimas agresoriui, kurio neįmanoma įveikti.

Regresija – dirbtinis atkritimas į ankstesnį gyvenimo tarpsnį.

Neigimas, padedant fantazijai, leidžia nepastebėti to, kas yra.

Sublimacija – smerktini norai paverčiami priimtinais visuomenei.

Racionalizacija – paskesnis elgesio aiškinimas (atribucija) grindžiant jį priimtinesnėmis priežastimis.

B Neurozių teorija

FREUDO neurozių teorija neurozes skirsto į dvi dideles grupes. Pirminės neurozės (neurastenija, depresija, baimės neurozė ir kt.) turi realias priežastis, psichoneurozių (= gynybos neurozių) pagrindas, priešingai, yra tam tikras psichinis mechanizmas. Pastarosioms jis priskiria isteriją, fobiją, įkyriųjų būsenų neurozę ir kt. Šiomis labiausiai domimasi. Psichoanalizė jas apibūdina kaip „namą ant molinių kojų". Jų pagrindas – neišspręstas neįsisąmonintas konfliktas:

neišspręstas, nes be galo giliai *išstumtas*.

Neurozės šaltinis, psichoanalizės požiūriu, yra „išstumtų dalykų grįžimas", žinoma, dažniausiai užmaskuota forma.

Sergančiojo įkyriųjų būsenų neuroze polinkis praustis yra ne kas kita kaip vėl grįžtantys išstumti „nešvarūs" lytiniai potraukiai.

C Analitinė terapija

Psichologinis „gydymas" analize yra kliento išsipasakojimas apie viską, kas jam ateina į galvą prisimenant sapno išgyvenimus. Terapeutas sėdi gulinčio kliento galvūgalyje ir „neutraliai" klausosi. Dažniausiai išryškėja 2 svarbūs dalykai.

Klientas turi įveikti savo paties pasipriešinimą iš pasąmonės kylančiam turiniui, ir savo neišspręstą Edipo kompleksą nesąmoningai *perkelia* į santykį su psichoanalitiku.

Kontraperkėlimas – *terapeuto* neišspręsto Edipo komplekso projekcija į santykius su klientu; to turi būti atsikratyta atliekant mokomąją analizę (analizuojant save drauge su mokančiuoju analitiku).

Priešingai, paciento ankstyvojo Edipo komplekso perkėlimas į santykius su terapeutu laikomas ne klaida, o *būtina* terapijos dalimi.

FREUDAS skiria 2 fazes:

„per pirmąją visas libido sutelkiamas į simptomų perkėlimą; per antrąją kovojama dėl šio naujo objekto, ir libido nuo jo išlaisvinamas" (Raštai, XI).

GREENSONAS skiria 4 nagrinėjimo etapus:

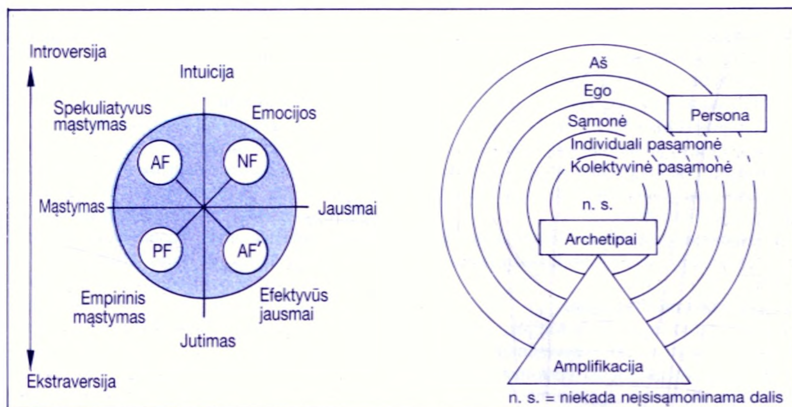
konfrontaciją (pvz., suabejojama sapno turiniu);

medžiagos ištyrimą (pvz., apžvelgiama sapno medžiaga);

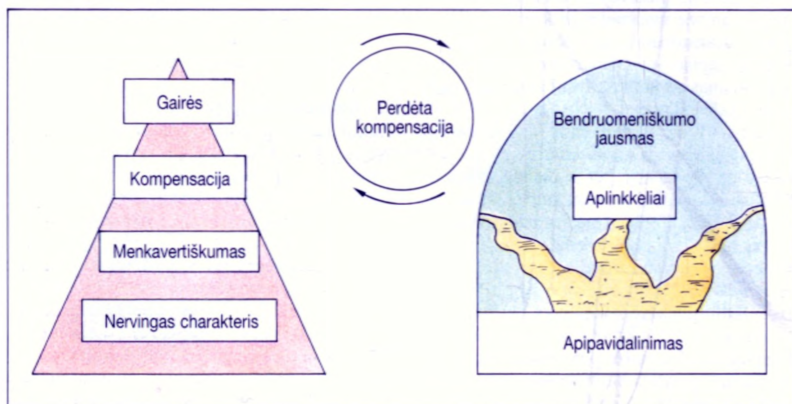
aiškinimą (jį FREUDAS suprato kaip meną) ir *jausmų iškrovą*.

Apie pastarąjį etapą FREUDAS rašo:

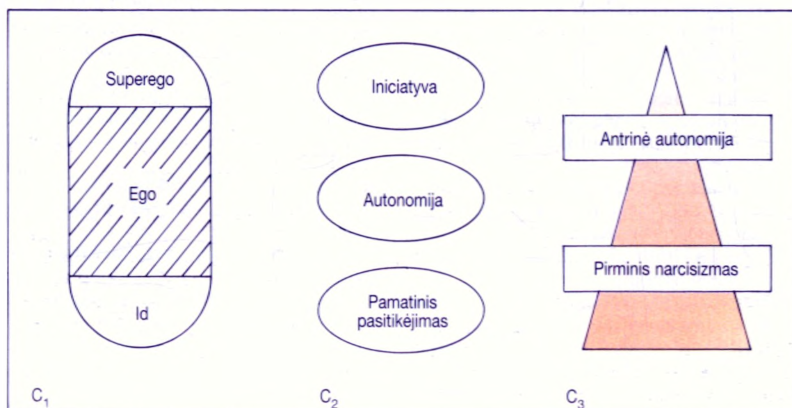
„Geras pokytis įvyksta tada, kai atnaujintas konfliktas pašalina išstumtąjį turinį".



A Analitinė psichologija



B Individualioji psichologija



C Ego analizė

Psichoanalizės istorija yra *jos skaidymosi* istorija. Kadangi FREUDAS rėmėsi savo paties patyrimu, kiti savo išvadas turėjo daryti taip pat remdamiesi savo patirtimi, o kai kurie iš jų – netgi kurti naujas gelmių psichologijos kryptis. To išdava šiandien – terapijų, kurios remiasi gelmių psichologija, paini įvairovė. 3 svarbiausios aprašytos žemiau.

A Analitinė psichologija

C. G. JUNGAS FREUDO krypties atsisakė jau 1913 m. Jo analitinė psichologija pagrįsta kita pasąmonės bei jos veikimo būdų samprata nei FREUDO psichoanalizė.

JUNGAS svarstė, kaip susiklostė tokie skirtingi FREUDO ir ADLERIO požiūriai į neurozę:

„Taip įvyko greičiausiai todėl, kad abu tyrinėtojai dėl savo psichikos ypatumų neurozėje labiausiai įžvelgė tai, kas tuos ypatumus atitiko".

Jungui pavyko juos abu priskirti skirtingiems tipams, taip atsirado žinomiausia tipologija:

introversinė asmenybė (būdinga FREUDUI) ir *ekstraversinė asmenybė* (būdinga ADLERIUI).

Šie du tipai gretinami su 4 šalutinėmis funkcijomis, ir taip gaunami 8 funkcijų tipai, kurie savo ruožtu gali būti išskleisti į pirmines funkcijas (PF), antrines funkcijas (AF), nevisavertes funkcijas (NF) ir savaimines antrines funkcijas (AF^1).

Šią sudėtingą asmenybės schemą Jungas papildo tam tikrais asmenybės sluoksniais:

„mano psichikos visuma" kaip *Aš; Ego* kaip sąmonės lauko centras; *sąmonė;* savo paties šešėlis, arba *individuali* pasąmonė, ir *niekada neįsisąmoninama* kolektyvinės pasąmonės dalis.

Ši kolektyvinė pasąmonė yra „daugiau negu asmeninė, arba neasmeninė, individo psichikos dalis", o jos turinys susideda iš archetipų (žr. XII, 5).

JUNGO terapija vadinama *amplifikacija.*

Tai kolektyvinių simbolių įsisąmoninimas juos analizuojant drauge su terapeutu. Taip siekiama juos įtraukti į aukštesniuose psichikos sluoksniuose vykstantį „individuacijos procesą" ir sudaryti sąlygas atsirasti „kompromisui tarp individo ir jį supančių žmonių" bei intensyviau įprasminti gyvenimą.

B Individualioji psichologija

ALFREDAS ADLERIS 1911 m. atsiskyrė nuo FREUDO ir įkūrė Laisvosios psichoanalizės draugiją, kuri vėliau, norint pabrėžti nepakartojamą, laisvą individo egzistenciją, buvo pavadinta Individualiosios psichologijos draugija. Tiesa, ADLERIS egzistenciją laikė nesaugia.

Individas ateina į pasaulį, kuriame visi kiti už jį stipresni. Būdamas silpnas (socialinė priklausomybė, menkaverčiai organai ir kt.) savo *socialinės valdžios* dalį jis turi vargais negalais išsikovoti kaip kompensaciją.

Jei prie žmogaus nervingo charakterio prisideda dar ir *menkavertiškumo jausmas,* dažnai normalios kompensacijos nepakanka ir griebiamasi *perdėtos kompensacijos,* pasireiškiančios apipavidalinimu, t. y. klaidingomis gairėmis.

ADLERIO terapija yra sielovadinė, arba mokslas apie teisingus *gyvenimo tikslus,* kurie padeda išvengti aplinkkelių ir skatina „pagaliau liautis gražbyliauti ir grįžti į žmonių bendruomenę", t. y. atgauti bendruomeniškumo jausmą.

C Ego analizė

(C_1) Daugeliui psichoanalitikų nepatiko tai, kad FREUDAS labai siaurai apibrėžė Ego reikšmę, palyginti su Id ir Superego. Savo terapijos centru jie pasirinko Ego sritį.

Vienas pirmųjų Ego psichologija vadovavosi H. HARTMANNAS. Pasak KAREN HORNEY, Ego ieško saugumo:

jis nukreiptas į kažką, prieš kažką arba nuo kažko ir tarsi dalyvauja aplinkos ir kultūros sąlygotoje *konkurencijoje.* Tai, kas normalu ir kas neurotiška, iš esmės nesiskiria, nebent tik tam tikru laipsniu.

(C_2) Dabar Ego analizė visų pirma tapatinama su ERIKO ERIKSONO psichologija. Daugiausia jis nagrinėjo „tapatumo krizę", t. y. Ego sunkumus tampant pačiu savimi. Pasak jo teorijos, yra daug Ego savybes apibūdinančių veiksnių.

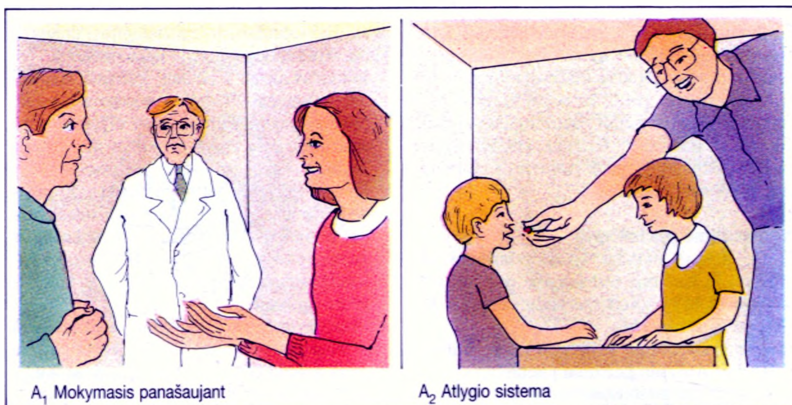
Kai kurie iš jų: pamatinis pasitikėjimas, autonomijos kūrimas, paties iniciatyvos raida.

(C_3) Vadinamosios Čikagos mokyklos ir ypač HEINZO KOHUTO nuomone, žmogaus *Aš skleidžiasi* iš pirminio narcisizmo (ankstyvoji mažo vaiko savimeilė), vėliau jis turi išsiugdyti antrinę autonomiją.

Narcisistinio sutrikimo ir neurozių svarbiausia priežastis, pasak jo, yra ydinga Aš struktūra.

Šios terapijos tikslas yra padėti asmenybei toliau augti ir keistis, išlaisvinti ją nuo „egocentrizmo" (F. KÜNKEL) ir nuo „iš narcisistinio Aš kylančių neutralizuojančių jėgų" (H. KOHUT).

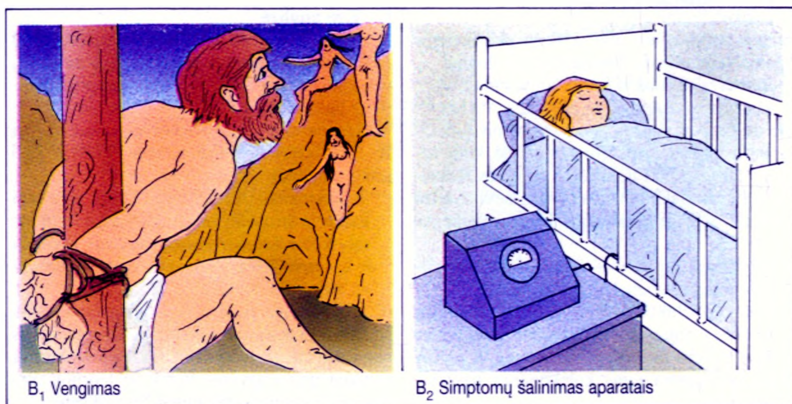
Šių dienų gelmių psichologijos raidai būdinga tai, kad ji jungiasi su kai kuriomis toliau aprašytomis terapijos rūšimis ir kad kuriamos specialios terapijų formos (pvz., šeimos terapija, savižudybių profilaktika).



A_1 Mokymasis panašaujant

A_2 Atlygio sistema

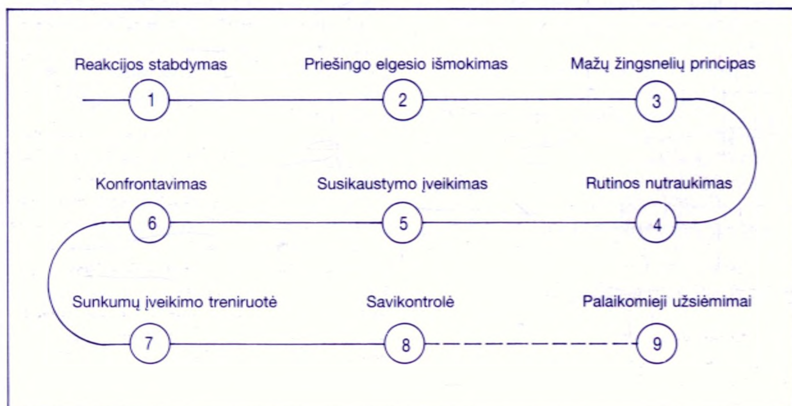
A Mokymo metodai



B_1 Vengimas

B_2 Simptomų šalinimas aparatais

B Netinkamo elgesio atmetimas



C Elgesio ugdymas

Prancūzų filosofas PASCALIS (1623–1668) yra pasakęs:

„Įprotis yra antroji prigimtis, naikinanti pirmąją".

Vis dėlto yra ne tik *gerų*, bet ir *blogų* įpročių. **Elgesio terapijos,** taikančios išmokimo bei pašalinimo metodus, taikinys yra šios abi įpročių rūšys. **Elgesio terapiją** (siaurąja prasme) XX a. trečiąjį dešimtmetį pradėjo taikyti trys elgesio teorijos kūrėjo JOHNO BROADUSO WATSONO (1878–1958) mokinės.

Nuo gyvūnų fobijų kenčiančius vaikus jos gydė sąlygojimu (žr. VII. Mokymosi psichologija).

Nuo tada elgesio terapija tapo viena populiariausių psichoterapijos krypčių.

A Mokymo metodai

Elgesio terapija užsiima tuo, kuo nuo senų laikų vadovaujamasi auklėjant, t. y. kad elgtis galima išmokyti ir išmokti. Vienas svarbiausių metodų yra *mokymasis panašaujant.*

(A_1) Skatinti *mėgdžioti* elgesį galima dalyvaujant (dešinėje nuo terapeuto esanti asistentė demonstruoja klientui elgesį, kurio mokoma), simboliškai (pvz., rodomas filmas) ir netiesiogiai (mokoma užbėgti už akių mintims).

(A_2) Vaikams gali būti taikomos tiesioginio pastiprinimo (žr. VII, 2) formos: už pageidaujamą elgesį gauna saldainių (*atlygio sistema*). Dirbant su suaugusiaisiais tuo pačiu tikslu taikomas pastiprinimas žetonais, taip pat privilegijų suteikimas.

Skatinimo efektas, kai terapeutas rodo pavyzdį, patiriant sėkmę, palaipsniui išblėsta.

B Netinkamo elgesio atmetimas

(B_1) HOMERO „Odisėjoje" rašoma, kaip Odisėjas, paklausęs Cirsėjo patarimo, leidžiasi pririšamas prie laivo stiebo, kad jo nesuviliotų sirenų dainos. Jo palydovų ausys buvo užlietos vašku.

Kažin ar toks drastiškas vengimo metodas nepageidaujamą elgesį nuslopintų, tačiau pokyčių galima tikėtis.

Nuo negatyvaus elgesio, pvz., piktnaudžiavimo alkoholiu, atpratinama aversiniais dirgikliais, pykinimą žadinančiais kvapais.

(B_2) Liautis šlapintis į lovą padedama enurezės aparatu, kuris vaiką pažadina, kai tik jis išleidžia bent lašelį šlapimo.

C Elgesio ugdymas

Ugdymu JAV elgesio terapijoje vadinamas nuoseklus, bet individualiai *keičiamas* metodas, kuriam būdingi tam tikri žingsniai.

Gydymo pradžioje klientas yra linkęs perdėtai vaizduoti savo kentėjimą, dažnai mėgaujasi gailesčiu sau.

1) Terapeutas tai pavadina betiksliu užsiėmimu ir drastiškai užkerta kelią tokioms dejonėms,

pvz., garso signalu (*reakcijos sustabdymas*).

2) Vietoj to klientas išmoksta tokiam aimanavimui *priešingo* automatiško elgesio,

mąstyti linksmiau arba (dažniau) ramiai nusiteikti, atsipalaiduoti.

3) Blogas elgesys skirstomas pagal simptomus ir mėginamas šalinti po truputį (*mažų žingsnelių principas*).

4) Svarbi *ugdymo* terapijos dalis yra rutinos, kuri žmogų varžo ir daro nepajėgų keistis, nutraukimas. Klientas, pvz., išmoksta

pabrėžtinai lėtai važiuoti automobiliu;
nesusierzinti, jei apsiavė skirtingų spalvų batus;
keisti kalbos įpročius;
visiškai keisti sustingusiu ritualu virtusį rytinį kėlimąsi ir ruošimąsi.

Taip keisti elgesį, vadinasi, bandyti „kovoti su patogumu" (*rutinos nutraukimas*).

5) Elgesio terapija toliau tęsiama bandant *įveikti susikaustymą.* Kai elgesys sudėtingesnis, pvz., piktnaudžiavimas, norint sudaryti sąlyginius refleksus, nepakanka paprastų aversinių technikų (vengimo žingsnių).

Visas elgesys išskaidomas į atskirus fragmentus, o iš jų sudaroma nauja elgesio programa.

6) *Konfrontuojant* mėginama kurti arba sustiprinti brandaus žmogaus elgesiui būdingą savikliovą,

pvz., treniruojamasi ilgai sėdėti vienas priešais kitą ir įdėmiai, nenukreipiant žvilgsnio žiūrėti į akis.

7) Tokios slogios situacijos sudaromos specialiais metodais (sunkumų *įveikimo treniruotė*).

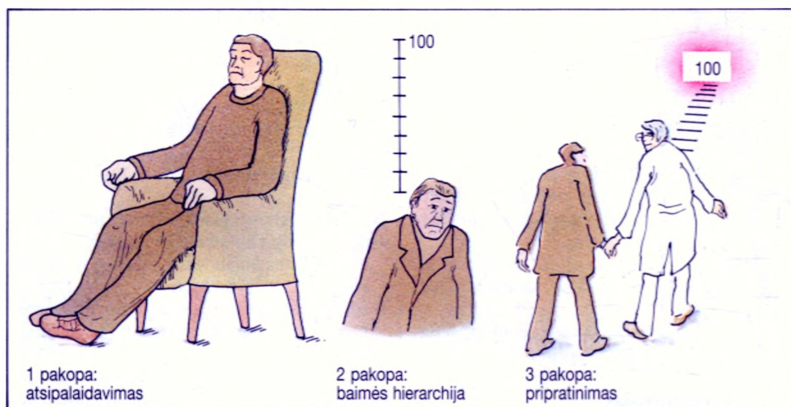
Klientas skatinamas atlikti jam ypač nemalonias užduotis, pvz., paprašyti išmaldos.

8) *Savikontrolės* metodai taikomi nebūtinai tik pabaigoje. Šiai plačiai grupei galima priskirti:

elgesio protokolus, minčių kontrolės technikas (pvz., minčių sustabdymas, pokalbis su savimi balsu), pasirengimą stresui ir kt.

Tai turėtų padėti tapti *savarankiškam* ir gyventi be terapeuto pagalbos.

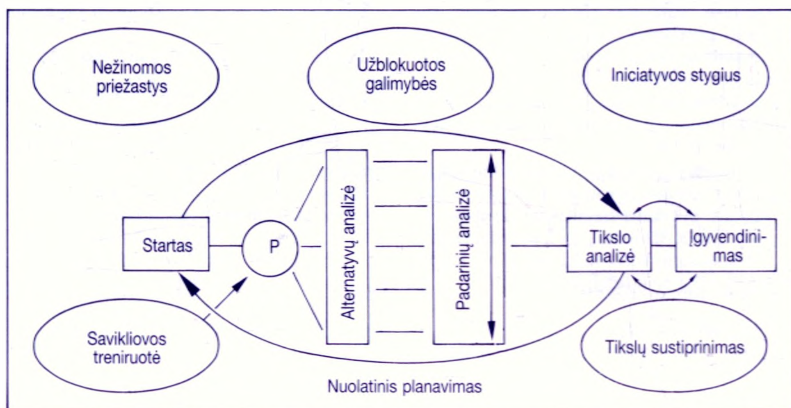
9) Praėjus tam tikram laikui po terapijos, išmokti dalykai gali būti atnaujinami *palaikomuosiuose,* papildomuosiuose ar kartojimo užsiėmimuose.



A Sisteminis jautrumo mažinimas



B Konfrontacijos metodai



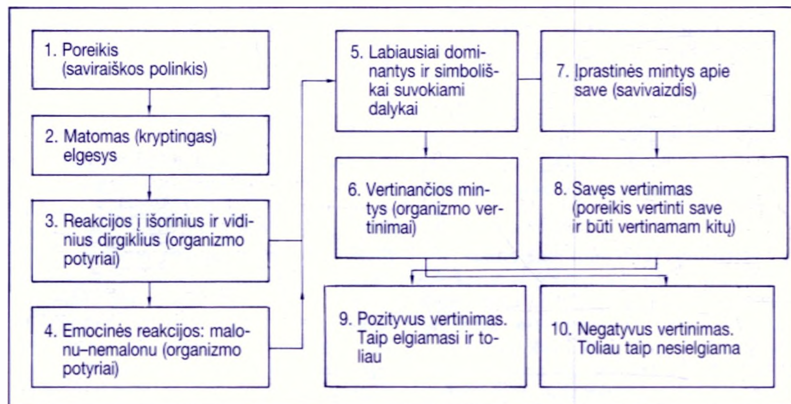
C Problemų sprendimo treniruotė

Elgesio terapija pakartoja visoms kitoms terapijos mokykloms būdingą raidos vyksmą. Įkūrėjais sekusios kartos neatpažįstamai pakeitė iš pradžių taikytą terapiją, todėl šiandieninė naujoji elgesio terapija neturi bendro pavadinimo. Be šių nominalių pokyčių, yra keletas standartinių metodų, kurie tebetaikomi (nors ir nauju pavidalu) kaip seniau.

A Sisteminis jautrumo mažinimas
Šį metodą sukūręs Pietų Afrikos terapeutas JOSEPHAS WOLPE jį apibūdina kaip „laipsnišką neurotiškų baimės įpročių" šalinimą. Metodas įgyvendinamas 3 pakopomis:
1) Iš pradžių simptomai dar nenagrinėjami; tiesiog iš naujo *išmokstama atsipalaiduoti* arba atgaminami jau įvaldyti įgūdžiai (pvz., autogeninė treniruotė, pakopinė hipnozė, meditacija).
Dažniausiai naudojama JACOBSSONO atsipalaidavimo treniruotė. Raumenys pakaitomis įtempiami ir atpalaiduojami, o kvėpuojama ir kalbama taip, kad bet kuriuo metu pagal komandą būtų galima liautis tai darius.
2) Klientas raginamas sudaryti *baimių hierarchiją.*
Jis turi nustatyti, kurios baimės stipresnės, kurios silpnesnės, ir įprastus būsenų apibūdinimus išdėstyti pagal skalę nuo 0 (be baimės) iki 100 (didžiausia baimė).
3) Abi ankstesnės pakopos yra tiek problemų analizė, tiek rengimasis terapijai.
Terapijos metu klientas atsipalaidavęs sudabartina trumpam (apie 10 s) *įsivaizduojamas* baimes. Vos pradėjęs baimintis apie tai pasako terapeutui; šis tęsia atsipalaidavimo fazę tol, kol pastebi, kad kliento baimė dingo.
Palaipsniui priprasti prie didesnę baimę sukeliančių situacijų gali padėti ir kiti metodai (be atsipalaidavimo), pvz., vaidmenų žaidimas arba buvimas nebijančių žmonių grupėje.

B Konfrontacijos metodai
Ši metodų grupė nuo anksčiau minėtųjų skiriasi tuo, kad kilus baimės reakcijai ryšys nenutraukiamas, bet netgi *sustiprinamas;* manoma, kad tuomet (įdėmiai stebint terapeutui) baimė savaime išnyks.
Naudojant *potvynio* metodą, kenčiantieji nuo gyvačių fobijos tikslingai suvedami akis į akį su baimę keliančiomis gyvomis gyvatėmis (*realiai*), arba su jų vaizdiniais (*naudojantis vaizduote*).
Yra ir daugiau tokių „kvailų gydymų", kurių taikymas yra ginčytinas (STAMPELIO sprogdinimo terapija ir kt.).

C Problemų sprendimo treniruotė
Jau nuo XX a. pradžios buvo atliekami intensyvūs problemų sprendimo tyrimai (DEWEY, ROSS, WALLAS, SELZ, DUNCKER). Siekiant paskatinti spręsti problemas, nuo trečiojo dešimtmečio naudojamas „smegenų šturmo" metodas (bendra sprendimų paieška; OVERSTREET, OSBORN). Pradėjus taikyti kompiuterius, problemų sprendimas tapo viena planavimo mokslo temų.
Elgesio terapija problemų sprendimo treniruotę naudoja socialinei kompetencijai ugdyti (išmanymas, gyvenimo patyrimas). Skiriama keletas metodo stadijų.
Planuojama nuo *starto* iki *tikslo.* Iš pradžių turi būti išnagrinėta *problema* (P) ir visi su ja susiję sunkumai. Psichologiškai trukdyti gali kliento nepasirengimas.
Po to išvardijamos visos įmanomos *alternatyvos;* čia savo ruožtu gali trukdyti nenoras jas pripažinti.
Ypač sunku nagrinėti alternatyvų *padarinius* ir (visų pirma) jų sąveiką (susipynusius privalumus ir trūkumus).
Atrodytų rasti geriausią sprendimą paprasta, tačiau, kaip nurodė H. A. SIMONAS, lengvai susigundoma *pirmu pasitaikiusiu* sprendimu.
Problemų sprendimo treniruotė, kaip paradigma, išryškina 3 svarbiausius sunkumus:
nežinomos priežastys,
užblokuotos galimybės,
iniciatyvos stygius.
Netgi geriausio sumanymo dar nepakanka – reikia jį išsaugoti ir įgyvendinti. Padeda *savikliovos treniruotė.* Įgyvendinti ką nors veiksmais įmanoma tik nuolat analizuojant ir stiprinant tikslą.
Tokie uždaviniai galiausiai sujungiami į (įvairiai vadinamą) savireguliacijos grupę. Pagalba sau čia yra siejama su skatinamomis savigydos galiomis. Save keisti ir reguliuoti mokoma savistabos technikomis, savęs stiprinimo bei savikontrolės metodais.
Pvz., treniruojantis kontroliuoti pyktį nagrinėjami jo židiniai, mėginama jį kognityviai pertvarkyti, pašalinti agresiją ir išmokti lengviau tą pyktį priimti.



A Asmenybės samprata



B Reikalavimai terapeutui

Pakopos:

Funkcijos

	Ypatumai	I/II	III/IV/V	VI/VII
1	Emocijos	neišreiškiamos	valdomos	laisvai reiškiamos
2	Įsivaizdavimai	mažai sąmoningi	sąmoningesni	visiškai sąmoningi
3	Nedarna	nepastebima	pripažįstama	išnykusi
4	Refleksija	nepakankama	stiprėjantis	adekvatus savivaizdis
5	Potyriai	iškreipti	mažesnis sąstingis	autonomiški
6	Problemų sprendimas	problemos neįsisąmoninamos	problemos įsisąmoninamos	atsakomybė už save
7	Ryšys su žmonėmis	atmetamas	atsirandantis pasitikėjimas	nuoširdus ryšys

C Proceso reikalavimai

Daugelis prislėgtųjų jaučiasi taip, tarsi niekas jų nesuprastų. Suprasti jaučiasi tik tada, kai kiti padeda susivokti. Žinoma, tuomet jie jau yra pasirengę keistis.

CARLAS R. ROGERSAS, **pokalbio psichoterapijos** pradininkas, neoanalitiko RANKO idėjas bei kinų šaltinius pritaikė psichoterapijai.

Nemažą sėkmę turėjo jo pirmoji sensacija tapusi knyga „Konsultavimas ir psichoterapija" (1942): joje pateikti išsamūs individualiosios terapijos eigos garso įrašai.

A Asmenybės samprata

ROGERSAS (1942) rašė:

„Kartais užmirštama prielaida, kad bet kuri psichoterapija bus sėkmingesnė, jei individui padėsime susiorientuoti ir naujai pažvelgti į savo nuostatas, tada jam gali pasisekti geriau ir lengviau prisitaikyti ir patenkinti savo poreikius visuomenei priimtinu būdu".

Šio tikslo siekiančia „nedirektyviąja arba į klientą orientuota psichoterapija" (dar vadinama pokalbio psichoterapija) mėginama padėti žmogui „pertvarkyti organizmo vertinimo procesus" (t. y. įvertinti organizmo ir potyrių reikšmę sau).

10 pakopų schema nuo *saviraiškos polinkio* (siekis tobulėti) iki *savivaizdžio* (kintantis Aš vaizdas, apimantis praeitį, dabartį ir ateitį) ir *naujo savęs vertinimo.*

ROGERSO tikslas – harmoninga asmenybė (1959), kurios svarbiausi požymiai yra: atvirumas potyriams, savivaizdžio ir patyrimo darna, savigarba, neiškreiptas realybės suvokimas ir brandus, teikiantis pasitenkinimą bendravimas.

B Reikalavimai terapeutui

Daugiau nei kitos psichoterapijos rūšys pokalbio terapija iš terapeuto reikalauja *santūrumo.* Jos pagrindas yra paradoksalus. Terapeutui gana greitai (remiantis savo teorija) paaiškėja tikroji psichikos sutrikimo priežastis. Tačiau:

„kuo tikslesnė ir taiklesnė interpretacija, tuo tikėtiniau, kad klientas ginsis ir priešinsis" (ROGERS).

Psichoanalitikas *priešinimąsi* laiko Edipo komplekso pasąmonės blokavimu, taigi tuo, ką svarbiausia nagrinėti; elgesio terapeutas į tai atsako *kontrasąlygojimu;* pokalbio terapeutas *leidžia* priešintis. ROGERSAS cituoja kinų filosofą LAOZI (VI a. pr. Kr.):

„Kai aš nesikišu, žmonės patys pasirūpina savimi, kai nenurodinėju, žmonės patys atranda, kaip jiems dera elgtis".

Žinoma, tai nėra neveiklumas. Terapeutas turi laikytis trijų reikalavimų:

1) Padėti pamatyti klientui jo kalbų turinį. Taip iš terapeuto klientas sužino apie save ir ima save koreguoti (*emocionalaus išgyvenimų turinio įvardijimas*). Klientas jaučiasi suprastas, bet ir paskatintas keistis.

2) Kitas svarbus reikalavimas yra *pozityviai vertinti* klientą ir teikti jam *emocinę šilumą.* Tokia pagarba stiprina pasitikėjimą savimi ir terapija.

3) *Nuoširdumas* ir *vidinė darna* yra sunkiausias reikalavimas terapeutui. Socialinės situacijos įvairiai skatina apsimetinėti, kalbėti netiesą, veidmainiauti. Atsiskleidžiant reikia to vengti, kad klientas, pajutęs nenuoširdumą, nesutriktų, neužsidarytų ir neprarastų pozityvaus ryšio su terapeutu.

C Proceso reikalavimai

Po 6–25 numatytų susitikimų (apie 45 min.) terapijos partneriai aiškinasi pažangą ar atžangą.

Tam naudojamos *anketos.* ROGERSO perdarytame TOMLINSONO ir HARTO (1962) klausimyne galimai pažangai išryškinti numatytos 7 funkcijų sritys (eilutės) ir 7 pakopos (3 stulpeliai).

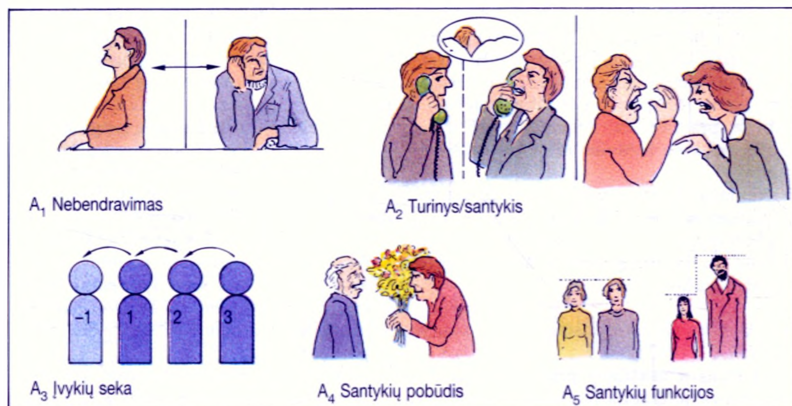
Ši terapija pasižymi 2 svarbiausiais reikalavimais:

savęs tyrinėjimu (naujų vidinio išgyvenimo aspektų paieškos);

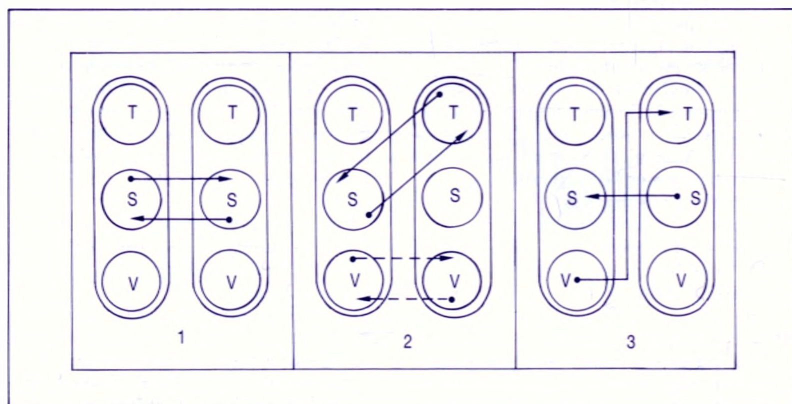
savęs patyrimu (kritiška refleksija, skleidimasis, sąmoningumo plėtra).

Pokalbio psichoterapija pabrėžia, kad terapijos rezultatai yra ne stiprėjančios *saviraiškos* ar savirealizacijos pabaiga, o pradžia. ROGERSAS apie tai rašo („Žvilgsnis į praeitį", 1976):

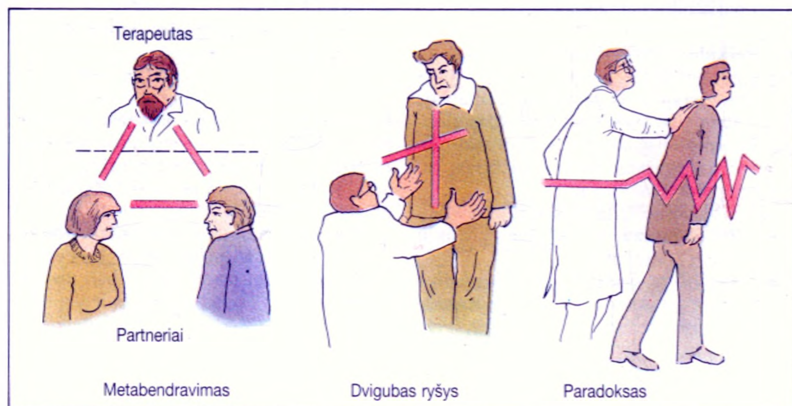
„Yra ilgai plėtota ir patikrinta hipotezė: individas turi milžiniškas potencijas suprasti save, keisti savivaizdį, nuostatas bei savo elgesį, kurį pats ir lemia".



A Bendravimo sutrikimai



B Transakcinė analizė



C Bendravimas su terapeutu

Nėra abejonių, kad daugelį psichikos sutrikimų sąlygoja ar sustiprina partnerystė. Tad visai natūralu, jog susiformavo grupė psichoterapijos rūšių, kurioms rūpi partnerių bendravimas. Skirtinos dvi teorijų grupės.

Vienos teorijos (formaliai ir deskriptyviai) nagrinėja partnerių *santykio* formas; kitos (vientisai ir ideografiškai) siekia atskleisti šios bendruomenės „dvasią", t. y. nepakartojamą „grupės aš", kuriam tučtuojau paklūstama.

Todėl yra ir 2 **bendravimo terapijos** kryptys.

A Bendravimo sutrikimai

WATZLAWICKAS ir kt. (^{2}1971) skiria 5 bendravimo principus, su kuriais susijusios tam tikros sutrikimų galimybės.

(A_1) Kadangi bendravimui būdingas grandininis priežastingumas (santykiai yra persipynę), tokio dalyko kaip *nebendravimas* nėra:

„Neįmanoma *nebendrauti*" (taigi tylėjimas arba nusigręžimas irgi reiškia tam tikrą santykį).

(A_2) Kiekvienas bendravimas susideda iš *turinio* ir *santykio* lygmenų. Per vieną pokalbį išryškėjo toks sutuoktinių ginčas:

Sutuoktinis, paprašytas draugo telefonu, pakvietė jį pernakvoti. Nors žmona būtų pasielgusi taip pat (turinio lygmuo), dėl šio sprendimo jautėsi nuskriausta (santykio lygmuo).

Partneriai nesuprato, kad jų ginčas kilo ne dėl pakvietimo (dėl kurio jie kivirčijosi), bet dėl jų santykių.

(A_3) Nėra ginčo „pradžios" (kas jį pradėjo), nes kiekvienas gali rasti vis ankstesnių priežasčių.

(A_4) Kalbant kompiuterių kalba, bendravimas gali būti „skaitmeninis", t. y. žodinis (pvz., komplimentas) arba „analoginis", t. y. nežodinis (pvz., dovana). Kai tai painiojama, gali kilti nesusipratimų (plg. X, 1).

(A_5) Simetriniai santykiai yra lygių partnerių santykiai, o komplementiniai – kai vienas kitą papildo. Sutrikimų atsiranda dėl prieštaringų norų.

B Transakcinė analizė

ERICO BERNE sukurtos transakcinės analizės tema socialiniai žmonių santykiai. Remiamasi socialiai orientuotu FREUDO topologiniu modeliu:

vaiko Aš (V) priešpriešinamas *suaugusiojo Aš* (S) ir *tėvų Aš* (T).

Taigi kiekvienas žmogus turi 3 Aš: gali reaguoti kaip vaikas, kaip suaugęs arba kaip tėvai (Superego). Dėl to santykiai tampa dviprasmiški ir sunkiai suprantami.

Pvz., žmonai pasakius: „Paskutiniu metu tu vėl per daug valgai" (suaugusiojo lygmuo), vyras į tai gali atšauti: „Tau vis knieti kaip mamai mane auklėti" (iš vaiko pozicijos aiškinamas tėvų lygmuo).

Sutrikimų atsiranda, kai santykiai yra ne lygiagretūs (kaip 1 arba 2), bet *susikertantys* (kaip 3).

Terapeuto uždavinys padėti atsikratyti tokio susikertančio bendravimo (pvz., abipusio spaudimo ritualų: „Jei tu ne..."), t. y. paaiškinti ir padėti kurti lygiagrečius santykius. Tuo tikslu žmonės turi išanalizuoti esamą ir sukurti naują „gyvenimo scenarijų" (orientyrus).

C Bendravimas su terapeutu

Ši terapijų grupė susiformavo sekant GREGORY BATESONO psichologija. Čia terapeuto ir partnerių bendravimas vadintinas *metabendravimu*, t. y. terapeutas įsiterpia į sutuoktinių abipusį ryšį, tačiau drauge žvelgia į jį iš aukščiau, kad galėtų įvesti „metataisykles". Šios taisyklės susijusios su *dvigubais ryšiais* bei *paradoksais*.

Dvigubi ryšiai yra tokia bendravimo forma, kai reikalavimai *sužlugdo* siekiamą tikslą.

Jei kas nors iš kito reikalauja, kad būtų spontaniškas, šiam neišeina reaguoti spontaniškai, t. y. laisvai.

Čia padeda VIKTORO E. FRANKLIO paradoksalioji intervencija: reikalaujama priešingų dalykų, reikalavimai tarsi apverčiami.

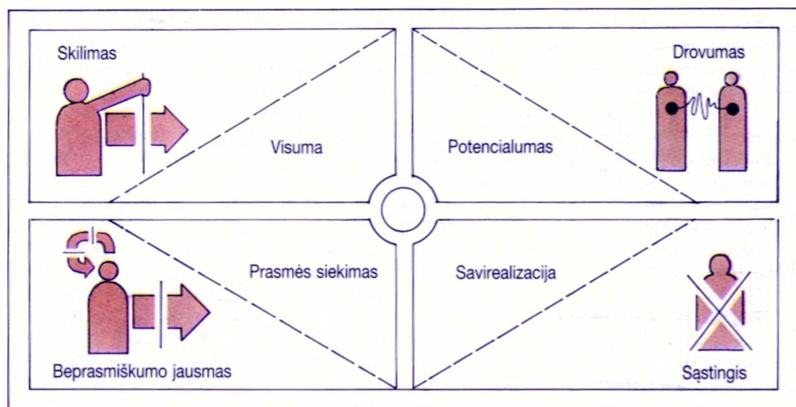
Klientui *liepiama* tyčia kartoti sutrikusį elgesį. Manoma, kad tada sutrikęs elgesys jau ne savaiminis ir gali išnykti.

WATZLAWICKAS apie tai rašo:

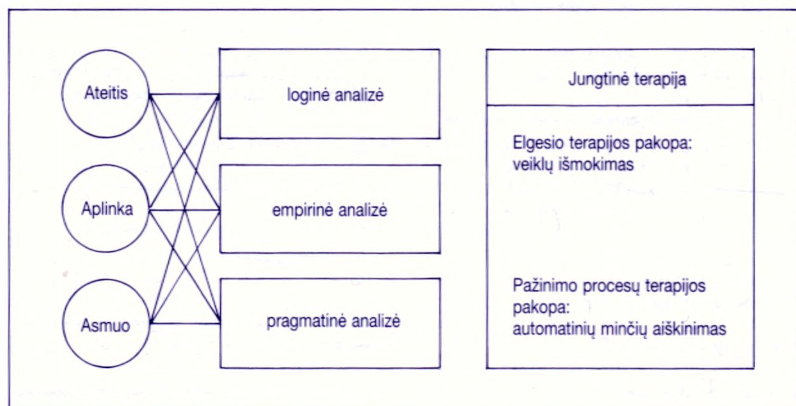
„Mūsų intervencijų Achilo kulnas yra skatinti žmogų elgtis taip, kaip nurodyta".

Todėl sudaroma „šėtoniška sutartis", verčianti klientą laikytis sutrikusio elgesio. Taip žmogus susiduria su gydančia šios terapijos dilema, ir sutrikęs elgesys gali išnykti.

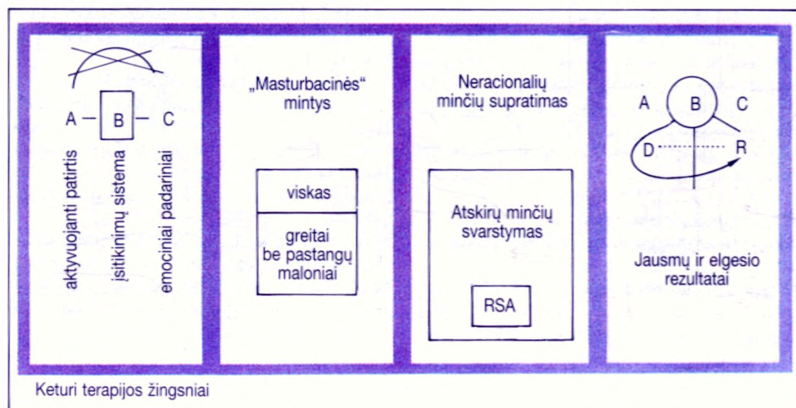
Ši terapijų grupė taiko keletą metodų: didinant sistemos lankstumą ir mokant naujų bendravimo formų, jie padeda realizuoti treniruočių programas, t. y. partneriams pereiti nuo to, kaip yra, prie to, kaip turi būti.



A Humanistinė psichoterapija



B Kognityvinė terapija (siaurąja prasme)



C Racionali emocinė terapija

Vadinamoji kognityvinė psichologijos revoliucija aštuntojo dešimtmečio pradžioje atgaivino senuosius psichoterapijos požiūrius. Juos papildė naujos kognityvinės psichologijos (žr. IX) žinios. Šiais požiūriais atsiribota nuo senųjų nuostatų, kad dvasia yra tik visuomeninių santykių antstatas (MARX), kad ji valdoma pasąmonės (FREUD) netgi „sielos priešininkė" (KLAGES).

Nuo dabar dvasia yra savarankiškas valdymo įrankis (tarsi žvilgsnis į save „iš tam tikro atstumo"; J. LACAN), kuris gali mus tiek suklaidinti, tiek iš klaidos išvaduoti.

A Humanistinė psichoterapija

Humanistinės terapijos kryptys remiasi 4 (tarpusavyje susijusiais) *žmonių* siekiais (nors jiems suteikia skirtingą svorį) ir tiria, kodėl nuo jų nukrypstama.

1) Geštaltinės psichologijos požiūriu, svarbiausia yra *vientisumas*. Geštaltinė terapija (F. PERLS) rodo, kad neurotikui neišeina būti vientisam: jis tai vienoks, tai kitoks.

2) *Žmogiškumo potencijos* – tai paslaugumas, gerumas, geranoriškumas, pagarba.

Būties analitikų (BINSWANGER, VON GEBSATTEL) nuomone, žmogaus psichika sutrinka, kai jis pamina savo žmogiškumą; PERLSAS psichikos sutrikimą vadina „drovumu" (psichoanalizė čia vartoja išstūmimo sąvoką).

3) V. E. FRANKLIS savo egzistencijos analizėje ir logoterapijoje priešpriešina *prasmės siekimą* ir neurozinę depersonalizaciją bei derealizaciją,

kurios „sustingdo refleksiją" ir kelia beprasmybės jausmą.

4) Egzistencinės krypties terapeutas R. MAY ir humanistinės krypties terapeutas A. M. MASLOWAS pabrėžia *savirealizacijos* reikšmę.

Neurotikas, priešingai, paklūsta slegiančioms būtinybėms, kurios jam trukdo realiai vertinti save; tuomet vietoj ramaus pasitikėjimo savimi kaupiasi sutrikimai.

Humanistinės terapijos pavyzdys yra geštaltinė terapija. Šis neortodoksinis metodas apima visus kitų terapijų impulsus, kurie padeda išsaugoti asmens visybę nesuirusią:

darbas su kūnu, sapnų analizė, grupės grįžtamasis ryšys, psichodraminė inscenizacija, *karštos kėdės* technika (klientui visa grupė išsako jausmus). *Dalijimusi* vadinamame procese konfliktai turi būti išreikšti tiesiogiai.

B Kognityvinė terapija

Iš A. T. BECKO depresijos terapijos atsiradusi kognityvinė terapija vėliau buvo išplėtota ir pradėta taikyti kitiems psichikos sutrikimams. Šios terapijos tema – *negatyvių vertinimų sistemos*, darančios įtaką klaidingiems vertinimams:

negatyvus požiūris į *ateitį*, į *aplinką*, į *save*.

Šios požiūrių sistemos dažniausiai neracionalios ir nagrinėjamos trejopai:

logiškai (pvz., ar užmiršimas pasveikinti yra atmetimas?),
empiriškai (pvz., gal nepaskambinta tik dėl techninių kliūčių?),
pragmatiškai (pvz., prislėgtas žmogus gali būti laikomas nepatraukliu).

Taikoma jungtinė terapija.

Per *elgesio terapijos* fazę treniruojamasi susitelkti veiklai, įveikti užduotis. Terapeutas išryškina veiklos ribas, aiškina „automatiškas mintis", pvz., kaip kliento menkavertiškumo prielaidas.

Kognityvinė terapija sudaro „naujas atribucijas", kad pozityviai įvertintų pirminę negatyvią ateities, aplinkos ir Aš triadą. BECKAS (1979) rašė:

„Taip aiškinamas kognityvinis modelis įgalina taikyti technikas, tačiau pabrėžia ir kliento bei terapeuto bendradarbiavimo būtinumą".

C Racionali emocinė terapija

Kaip rašo ALBERTAS ELLIS (1980), jo racionali emocinė terapija nuo kitų skiriasi tuo, jog jis pripažįsta,

„kad žmogus labai stipriai kontroliuoja tai, ką jaučia ir ką daro".

Racionali emocinė terapija susideda iš 4 žingsnių.

1) ABC teorija teigia, kad A (aktyvuojantys aplinkos potyriai) negali būti C (emocinių padarinių) priežastis.

Tarp jų yra B: *įsitikinimų sistema*, t. y. mąstymo įpročiai.

2) Žmogus turi įvairių neracionalių lūkesčių (ELLIS juos vadina „masturbaciniais").

Viskas turi vykti greitai, maloniai ir be pastangų;
visi žmonės turi mane mylėti ir kt.

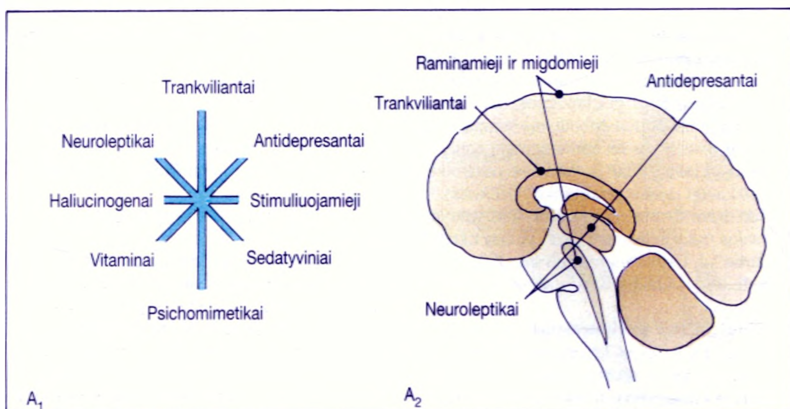
3) Kiekviena šių neracionalių minčių svarstoma atskirai.

Ar mintis, iš kurios kyla klaidingas įsitikinimas, realistiška?

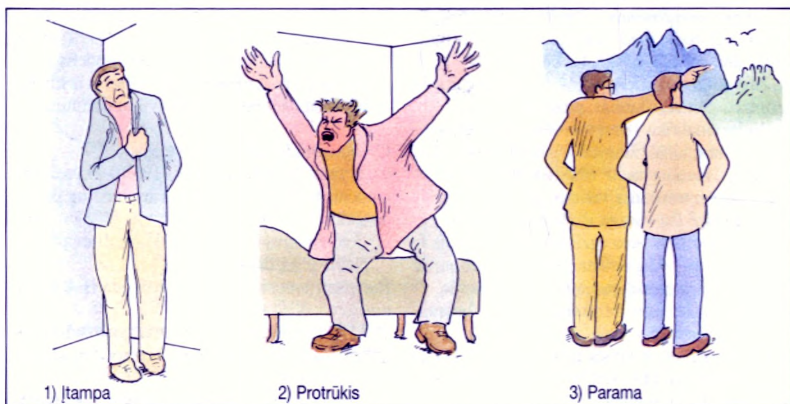
4) Rezultatu ELLIS laiko gyvenimo nuostatų pokyčius:

„Šis terapinis rezultatas yra racionalaus emocinio proceso pabaiga".

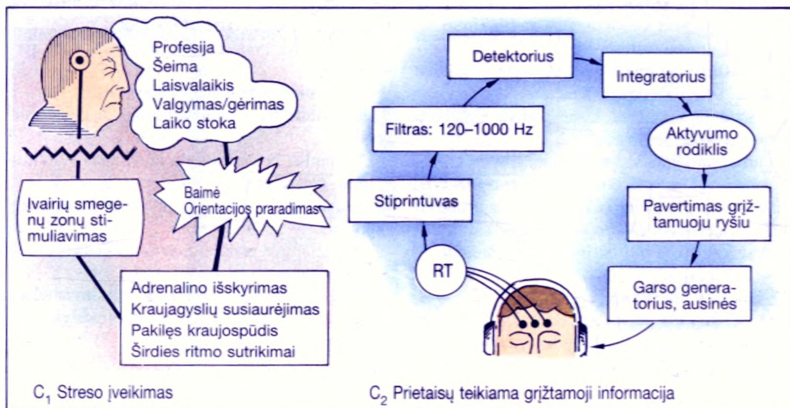
Tokio kelio pakopos yra racionali savianalizė (RSA) ir disputas (D), padedantys pasiekti rezultatų (R).



A Psichiką veikiantys vaistai



B Biodinamika



C Biologinis grįžtamasis ryšys

Nuo tada, kai buvo įvardyta kūno ir sielos problema (plg. IV, 1), yra akivaizdu, kad kūno ir psichikos sąveiką galima paaiškinti kol kas tik tiek, kad abu dalykai glaudžiai susiję. Šia sąveika galima pasinaudoti: kūnu galima veikti psichiką (pvz., judėjimo terapija) arba psichika veikti kūną (pvz., įtaigos terapija). Populiariausios **kūno terapijos** rūšys naudoja abu būdus.

A Psichiką veikiantys vaistai

Cheminis poveikis labai patogus (ir palaikomas ekonominiais sumetimais), todėl jis vis dar populiaresnis už psichologinį.

(A_1) Psichiką veikiančius vaistus galima skirstyti įvairiais aspektais:

pagal poveikį, terapijos siekius,
fiziologines sistemas ar cheminę vaistų sudėtį.

Pagal pastarąjį aspektą yra:

trankviliantai („laimės piliulės"), *antidepresantai, stimuliuojamieji, sedatyviniai* (švelninantieji), *psichomimetikai* (alkaloidai), *vitaminai* (megavitaminų terapija), *haliucinogenai* (fizinę ir psichinę priklausomybę kuriantys narkotikai), *neuroleptikai* (skirti gydyti schizofreniją).

(A_2) Psichiką veikiančių vaistų poveikio zonos įvairios:

raminamieji veikia didžiųjų pusrutulių ir hipotalamo sritį, trankviliantai – limbinę sistemą, antidepresantai – hipotalamą, neuroleptikai – hipotalamą ir retikulinę formaciją.

Taigi dėl plataus psichiką veikiančių vaistų vartojimo psichoterapijos taikymas tampa abejotinas. Gydymas vaistais kritikuojamas, nes pacientai tampa nuo jų priklausomi ir mažėja jų savigydos galimybės.

B Biodinamika

Kūno terapija ne tik viena seniausių (pvz., kinų Tai Chi Chuan nuo XII a.), tačiau ir viena gausiausių. Sunku nubrėžti ribas tarp jos ir gimnastikos bei sporto.

Be visai paprastų metodų, kaip TINBERGENO laikymo terapija (ilgas autistiškų vaikų laikymas juos apkabinus), yra ir pretenzingesnių, kaip ALEXANDERIO technika (savo kūno patyrimas) arba IDOS ROLF technika (įprastų laikysenos klaidų taisymas).

Vienas pavyzdžių: remdamasis ginčytina WILHELMO REICHO orgono terapija (nuogumo terapija siekiant išlaisvinti užslopintus libido poreikius, fiziškai pramušti psichofiziologinius „charakterio šarvus"), ALEXANDERIS LOWENAS savo „bioenergetiką" sušvelnino 3 aspektais:

1) Per gyvenimą kiekvienas prisikaupia ne tik psichinių, bet ir fizinių įtampų. Jas reikia atpažinti.
2) Galų gale šios įtampos pratrūksta.
3) Terapeutas turėtų perteikti džiaugsmingas, atsipalaidavimą teikiančio gyvenimo puses ir skatinti kurti prasmingą būtį.

C Biologinis grįžtamasis ryšys

Tai prietaisus naudojanti kūno terapija. Dažniausiai ji padeda įveikti stresą (jo išvengti arba atitaisyti padarinius).

(C_1) Stresas yra su daug kuo persipynęs reiškinys.

Dėl asmeninių situacijų – įvairiopų naštų, neįprastų aplinkybių bei klaidingų įpročių – prarandama orientacija, kyla baimė.

Turi būti nutrauktas uždaras ratas, kurio grandys yra adrenalino išskyrimas, kraujagyslių susiaurėjimas, pakilęs kraujospūdis, širdies ritmo sutrikimai ir vėl pasikartojantis smegenų zonų (žievė, talamo sritis, hipotalamas) stimuliavimas.

(C_2) Šis uždaras ratas nutraukiamas, kai pavyksta pacientą atpalaiduoti ne tik psichiškai, bet ir fiziškai, kad sumažėtų visos sutrikusios sistemos įtampa. Techniškai padeda elektriniai prietaisai:

Užfiksuota informacija apie raumenų tonusą (RT) kaip įtampos rodiklį siunčiama per daugelį keitiklių ir grąžinama klientui.

Šiuo „elektroniniu protezu" (VAITL) kontroliuojant tonusą galima tiesiogiai padėti nusiraminti.

Kraštutiniu atveju nusiraminimas gali būti simuliuojamas (pvz., silpnėjantis garsas per ausines); kai pranešama apie tariamą nusiraminimą, savo ruožtu nuslopsta nervų sistemos įtampa ir klientui palengvėja.

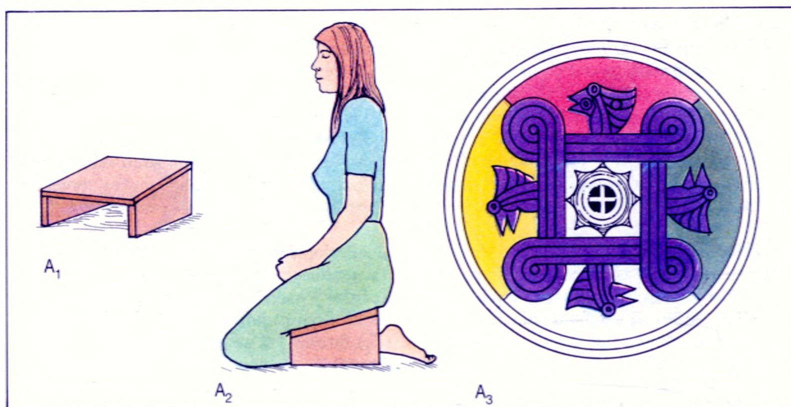
Kūno terapijos per paskutinius metus labai išsiplėtojo. Išryškėjo 4 kryptys:

Kūno kontrolė. Motologinis, t. y. judėjimą analizuojantis metodas, taip pat M. GOLDBERGO ir kt. koncentruota judesio terapija, kuria siekiama pakeisti kūno judesių vaizdą.

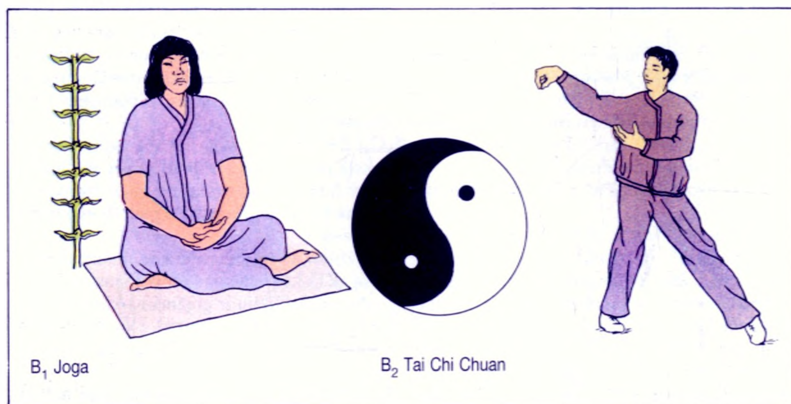
Jutimų treniruotė. Stiprinamas įvairių jutimų, pvz., uoslės, jautrumas remiantis esencijas naudojančia J. VALNET aromatų terapija.

Kūno potyriai. Grįžtamosios informacijos apie kūno potyrius teikimas, kad būtų geriau įsisąmonintas kūnas, pvz., FELDENKRAIS terapija.

Kūno funkcijų treniruotė. Susitelkiama į atskiras kūno funkcijas, pvz., kvėpavimą (M. PROSKAUER).



A Meditacijos eiga



B Azijietiška meditacija



C Vakarietiška meditacija

Meditacijos yra nugrimzdimo į save metodai, kuriuos, atsiribodama nuo jų religinės kilmės, klinikinė psichologija taiko kaip būdus atsiskleisti.

Rytuose meditacijos atsirado iš daosizmo, induizmo, budizmo, Vakaruose – iš krikščioniškosios mistikos bei Rytų žydų chasidizmo. Tai nemažai prisidėjo ir prie vadinamojo psichologinio bumo, t. y. prie šiuolaikiško polinkio primityvinti pagrįstus ir naudingus psichoterapinius išgyvenimus.

A Meditacijos eiga

Nors ir labai skirtingos, įvairios meditacijos kryptys laikosi tam tikros meditacijos eigos.

(A_1) Pagal kryptį pasirenkama speciali *meditacijos poza*,

naujokui dažnai siūloma pasirinkti meditacijos rūšį.

(A_2) Paskui apribojami ryšiai su *išoriniu pasauliu*,

pvz., reikia užsimerkti, pritilti ir užsisklęsti, nurimti ir nugrimzti į save.

(A_3) Tikroji meditacijos būsena yra tik tuomet, kai patiriamas tam tikras *įsivaizduojamas išgyvenimas*. Ji priklauso nuo meditacijos krypties.

Tikslas gali būti „tuštumos" ar miego būsena budint sąmonei. Kita vertus, yra meditacijų, kuriomis siekiama sukelti apsvaigimo būseną: priešingai nei užsimiršimo ekstazė, jos vadinamos (į vidų nukreipta) enstaze (MASSA, 1974). Sekant islamiškuoju sufizmu mėgdžiojamos netgi dervišų užsimiršimo būsenos, įgalinančios vaikščioti žioruojančiomis anglimis.

Kadangi tokias būsenas sukelti nėra lengva, susikaupimui naudojami *tam tikri paveikslai*.

Tokios mandalos (pav. A_3) padeda mintimis sukaupti vidines jėgas – reikia pereiti 3 ratus: ugnies ratą (apsivalymas), vadžra ratą (atsiskleidimas), lotoso ratą (virsmas); tai neva turėtų padėti pasiekti būties esmę.

Į meditacijos eigą įeina ir ideologiniai dalykai, išreiškiantys tikruosius meditacijų skirtumus.

B Azijietiška meditacija

(B_1) *Joga* (pažodžiui – minčių sukaupimas) yra etinė, dvasinė, fizinė disciplina, pastangos sudvasinti jutimus. Vakarams pritaikyta joga yra praradusi savo religinį foną ir greičiau naudojama sukelti kulminacinius išgyvenimus (pakitusios sąmonės būsenos; MASLOW, 1962).

Sėdint lotosu, į viršų atsuktomis pėdomis, nuleistomis ir sunertomis rankomis, išsitiesus (stuburas yra pasaulio ašies simbolis), vidiniu žvilgsniu kylama aukštyn ir susikaupiama ties 5 budistinėmis ar 7 induistinėmis čakromis (lotoso žiedlapiais) arba susikaupimo židiniais.

Kiekviena pakopa simbolizuoja tam tikrą būties lygmenį, pvz., gerklė – šventą žodį. Tikslas yra susilieti su Absoliutu.

Kitoms to siekiančioms meditacijos formoms naudojami ikonografiniai (mudros) ir žodiniai (mantros) simboliai.

Lamaizmas meditacijai naudoja šventąjį „OM Mani Padme HUM" (OM ir HUM yra pirmapradžiai skiemenys, Mani – vyriškasis, Padme – moteriškasis principai), dzenbudizmas (kinų čanbudizmas) – koanus („išminties sandėlius" arba paradoksalius mąstymo pavyzdžius), sumi (japoniška tapyba tušu), ikebaną (puokščių sudarymo menas) bei arbatos ceremonijas.

(B_2) Kinų *kova su šešėliu* (Tai Chi Chuan) yra kilusi iš daosizmo (dao – kelias).

In ir jan simbolis reiškia dangaus ir žemės, vyriškumo ir moteriškumo ir kt. harmoniją.

Ši judesių harmonija vėl atkuriama grumiantis su šešėliu:

kiekvieną (lėtą) judesį papildo ir pabaigia atsakomasis judesys.

C Vakarietiška meditacija

Jau graikų Dioniso kultui buvo būdingos meditacinio nugrimzdimo formos.

(C_1) Jėzuitų ordino įkūrėjas IGNACAS VON LOYOLA savo veikale apie dvasines pratybas (1548) yra aprašęs 4 savaičių dvasinį apsivalymą ir minčių nuskaidrėjimą; tai praktikuojama ir šiandien.

Atliekantysis pratimus klūpo (tai atitinka krikščioniškąją tradiciją), gali būti ir kito palaikomas, ir medituoja apie Kristaus kančios kelią; be to, turi stebėti save, todėl šią metodiką galima laikyti elgesio terapijos pirmtake.

Žodinių meditacijos formulių pradininkas yra šv. Jurgis iš Sinajaus:

kiekvienas maldos Jėzui žodis siejamas su įkvėpimu ir širdies dūžiu.

(C_2) *Vaizdo, muzikos ir judesio meditacijoje* ideologinis fonas, galima sakyti, išnyksta. Čia pirmiausia skatinama:

„būties jėgos tėkmė" (BODEN, 1978), taigi stiprinami gebėjimai išgyventi.

Šokio terapija siekia transo judesiu, muzikos terapija – didžiausio emocionalumo, meditacinė meno terapija – padėti save išreikšti daugiausia abstrakčiais pavyzdžiais.

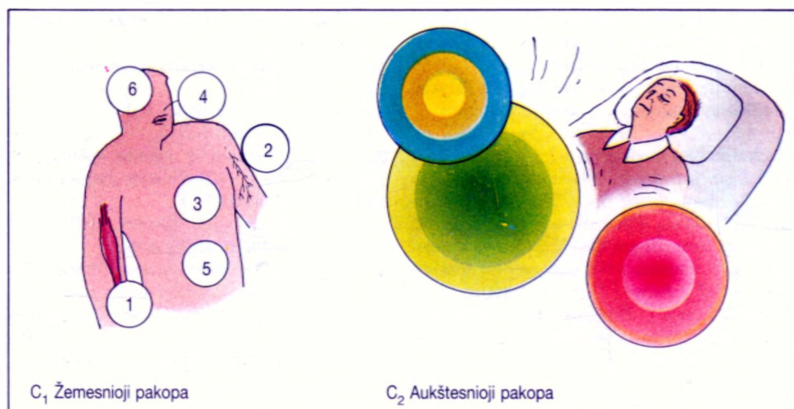
Pateiktas tapybos fragmentas iliustruoja meditacinį tokių piešinių pobūdį.



A Įtaigos metodika



B Hipnozė



C Autogeninė treniruotė

Jau seniai vienas psichoterapeutas (E. BOIRAC, 1920) rašė, kad *įtaiga* yra tarsi Amerika, kurią visus 30 metų reikia atradinėti iš naujo. Jis teisus dėl to, kad paslaptingi įtaigos poveikiai vienu metu įžvelgiami ryškiau, kitu vėl dingsta iš akiračio. Pagal savo funkciją ji kaip tik yra įžvalgos priešybė.

Retai žinoma, ką daro įtaka, ir vengiama skelbti, kaip tikimasi paveikti.

A Įtaigos metodika

Dvasinio poveikio tikslas yra supratimas; ką nors supratęs žmogus turi tuo įsitikinti, o paskui pagal tą įsitikinimą veikia.

Įtaigos atveju, priešingai, racionalaus supratimo vengiama – stengiamasi tiesiogiai *veikti* pasąmonę. Yra daugybė metodų, iš kurių pateikti 6 svarbiausi:

1. *Kartojimas.* Remiamasi neišvengiamu kartojimo poveikiu (kaip PAVLOVO šuns atveju).
2. *Įtikinėjimas.* Sužavima asmeniniu spinduliavimu, paslaptingumu, nuslopinamas kritiškumas.
3. *Apstulbinimas.* Siekiama pakirsti pasipriešinimą arba paprasta prievarta, arba subtilesnėmis represijomis. Kitiems primetama savo valia, pvz., prieš teiginį sakoma: „Visiems žinoma, kad..." ir taip sudaromas įspūdis, jog tai žino visi, išskyrus pašnekovą.
4. *Vienodinimas.* Tai įmanoma, nes žmonės nelinkę būti pašaliečiai, trokšta prisiderinti prie daugumos.
5. *Simbolių naudojimas.* Simboliai kelia jausmus, pvz., vėliava nuteikia patriotiškai. Kitais atvejais pabrėžtinomis butaforijomis, t. y. perdėtais signalais (pvz., lytine, ypač moters kūno, simbolika), siekiama sukelti greitą ir stiprų įspūdį.
6. *Apvertimas* yra sofistinė kontraįtaiga, panaši į atvirkščią vėtrungę. Tai, kas turima galvoje, išsakoma visiškai priešingai, manoma, kad tokia akivaizdi ironija padės geriau perteikti norimą pasakyti mintį. Šie metodai dažnai taikomi tikrai meistriškai, todėl ne visuomet atpažįstami.

B Hipnozė

Hipnozė yra intensyviausias įtaigos metodas. Įtikinėjimu ir manipuliavimu klientui sukeliama panaši į miegą būsena, bet hipnotizuotojo šnibždėjimui žmogus lieka *atviras*. Hipnozės eiga susideda iš 4 svarbių stadijų.

(B_1) Išankstinė sąlyga yra nusiraminti savitaiga. Šitaip hipnotizuojamasis *ima tikėtis* rezultatų.

(B_2) Tada kalbant (paslaptingai raminančiu balsu) bei kreipiant dėmesį į migdančius dirgiklius (pvz., į tam tikrą objektą) mėginama hipnotizuojamąjį užmigdyti.

(B_3) Hipnozės metu hipnotizuotoją su hipnotizuojamuoju sieja „raportas" (instruktavimo ryšys), kuriuo gali būti perteiktos posthipnotinės komandos (atliktini nurodymai). Taikomos aversinė hipnozė (sukeliama antipatija nepageidaujamam elgesiui, pvz., alkoholizmui), atpalaiduojanti hipnozė (įteigiamas naujas elgesys) ir profilaktinė hipnozė (žmogus iš anksto rengiamas galimoms situacijoms).

(B_4) Baigiama (3 miego stadijos: somnolencija, hipotaksis, somnambulizmas) įtaigiomis, pažadinančiomis, gerai nuteikiančiomis hipnotinėmis komandomis.

Hipnozės terapija turėtų būti taikoma labai santūriai, nes dažniausiai atsiranda liguistas potraukis ją kartoti.

FREUDAS hipnozę kritikuoja, nes ji paciento problemų neišryškina, o jas paslepia.

C Autogeninė treniruotė

J. H. SCHULTZAS, šio plačiai paplitusio metodo kūrėjas, ištobulino jį kaip hipnozės be užmigdymo formą.

(C_1) Šio metodo *žemesniojoje pakopoje* pacientas mokosi paveikti savo (paprastai neįvaldytas) vegetacines funkcijas. Šešiais etapais bandoma nusiraminti ir sukelti kūno pojūčius.

Įteigiami ir vėl išsklaidomi sunkumo, šilumos, šalčio pojūčiai; taip pamažu išmokstama su jais tvarkytis.

Stadijos išdėstomos tam tikra tvarka: 1) raumenys, 2) kraujagyslės, 3) širdis, 4) kvėpavimas, 5) pilvo organai ir 6) galva.

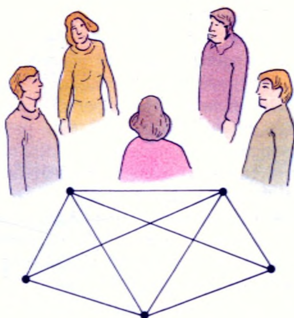
Pvz., per šilumos pratimus įteigiama: „Dešinė (kairė) ranka yra labai šilta".

Maždaug po 2 minučių šilumos pojūtis greitai išsklaidomas ir užbaigiama maloniu šiurpuliu.

(C_2) *Aukštesniojoje pakopoje* įtaigiai veikiamos ne kūno, bet vidinės psichikos funkcijos. Įvairiomis vaizdinėmis įtaigomis, panašiai kaip meditacijomis (žr. XIX, 11), stengiamasi prislopinti afektų rezonansą:

pvz., į save nugrimzdęs klientas gauna užduotį susikurti raminančius vaizdinius (spalvotus ratus, žiedus ir kt.).

Kad klientas įvaldytų abi pakopas, reikia jį ilgai treniruoti, su juo bendradarbiauti, vėliau turi pats labai atkakliai kasdien užsiimti savitaiga.





Teikiantys paramą/keliantys grėsmę



A_1 Grupės santykiai

A_2 Sąveikos procesai

A Grupės procesai





B_1 Dalyviai

B_2 Veiksmai

B Psichodrama







C_1 Susitikimas

C_2 Saugumas

C_3 Bendrystė

C Susitikimų grupių judėjimas

Vargu ar yra terapijos krypčių, kurios, be individualios terapijos, nebūtų sukūrusios ir grupinės terapijos. Kai kurios terapijos rūšys apskritai taikytinos tik žmonių **grupėms**.

Grupės forma tam tikrais atžvilgiais yra pranašesnė už individualią terapiją:

Pirma, ji yra ekonomiškesnė, nes su daugeliu klientų galima dirbti vienu metu.

Antra, klientus veikia ne tik terapeutas, bet ir jie patys veikia vienas kitą.

Pagaliau patys gali daryti grupei įtaką bei ją keisti.

A Grupės procesai

Grupių psichologija tyrinėja *grupių atsiradimą, raidą* bei *ypatumus*. Kaip grupės atsiranda, tiriama remiantis socialinės psichologijos (žr. XIV) nagrinėjamais požymiais (rangai, vaidmenys, ryšių rūšys, normos). Perkėlus juos į grupinę terapiją, atsižvelgiama į susipynusius žodinius bei substancinius (pvz., pagalbos) terapinės grupės mainų procesus ir jie terapiškai panaudojami.

(A_1) Iš to galima matyti, ar grupė jau yra autonomiška, gebanti funkcionuoti (plg. XIV, 4). Svarbiausi santykių ypatumai yra:

sureguliuoti ryšiai (panašus dalyvių aktyvumas, savaiminė vaidmenų pusiausvyra), grupės nuotaika (mažai įtampų, laisva atmosfera) ir pagalbos funkcijos (vienas kitą užtaria, taip pat ir prieš trečiąjį).

(A_2) Tai sudaro grupę apibūdinantį *paramą teikiančių* arba *grėsmę keliančių* procesų junginį.

B Psichodrama

Seniausia grupinės terapijos forma yra psichodrama. Psichiatras JACOVAS LEVIS MORENO (1889–1974) viename iš pirmųjų darbų (1911) ir veikale apie improvizacinį teatrą (1924) rėmėsi Vienos liaudies teatro tradicinėmis formomis ir jo, kaip „visų teatro su visais", poveikio principais. Persikėlęs 1931 m. į JAV, šią patirtį pritaikė terapiniam grupės metodui.

(B_1) Svarbiausia mintis yra ta: kankinančias situacijas pakartojus (suvaidinus) su kitais asmenimis, *dingsta jų emocinis krūvis*.

Vienas klientų yra pagrindinio vaidmens atlikėjas – protagonistas; jam padeda vadovas arba „teatro direktorius", jo asistentai ir specialieji terapeutai pagalbininkai, kurie dažnai kartu yra ir klientai.

Dėl jų „palaikomosios funkcijos", t. y. nuolatinio dalyvavimo vyksme, terapinis procesas virsta „sociodrama", „fiziodrama" ar „aksiodrama" (pabrėžiančia etines vertybes), nelygu sutrikimų turinys.

Pagal dramos techniką iš pradžių atliekami apšilimo pratimai (apšylama, sužadinamas spontaniškumas), paskui kiek galima vaizdžiau sudabartinamos tam tikros situacijos (profesinės, šeimyninės ir kt.), skatinami kitų ir savęs vertinimai.

(B_2) Kad projekciniai veiksmai būtų gyvesni, įvedami dramaturgijos elementai:

tuščia kėdė kaip scenos centras, pasikeitimas vaidmenimis, antrininkai, veidrodinis elgesys (priešinga pozicija), praeities ir ateities projekcijos, pakartojimai arba suvaidinamas epilogas.

C Susitikimų grupių judėjimas

Nuo pirmųjų KURTO LEWINO (žr. XIV, 1) treniruočių grupių (*T grupės*), per paskutinius dešimtmečius buvo ištobulinta daug susitikimų grupių metodų. C. ROGERSAS, be kitų, joms priskiria:

T grupes, jautrumo treniravimo grupes, pojūčių įsisąmoninimo grupes, komandos kūrimo grupes, sinanono žaidimus, kūrybos seminarus.

C. ROGERSAS jas skirsto į *pažįstamų žmonių grupes, svetimų žmonių grupes* bei *bendradarbių grupes*.

Joms visoms daugiau ar mažiau svarbūs 3 grupės išgyvenimai, stiprinantys asmenybę.

(C_1) Susitinkant su kitais ir patiriant pozityvius įspūdžius stiprėja savivertės jausmas.

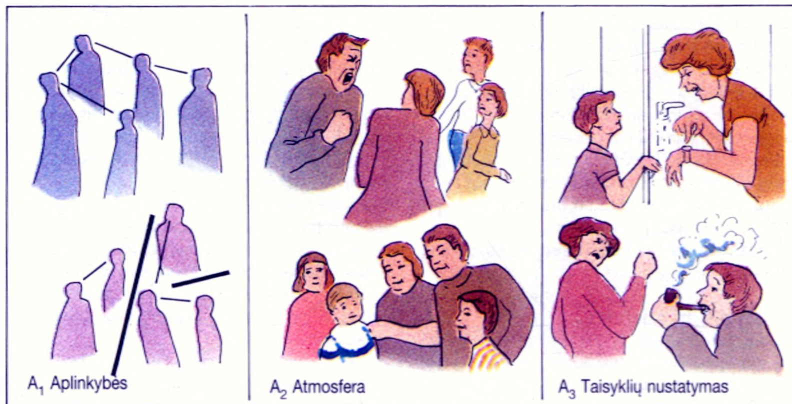
(C_2) Kadangi dauguma žmonių yra praradę pasitikėjimą kitais (kuris savo ruožtu yra pasitikėjimo savimi pagrindas), atliekama pasitikėjimo treniruotė, per kurią kiekvienas patiria, kiek gali pasitikėti kitu.

(C_3) Galų gale bendrijoje ugdomas bendrystės jausmas. Dalyviai gvildena socialines, politines ir kt. temas.

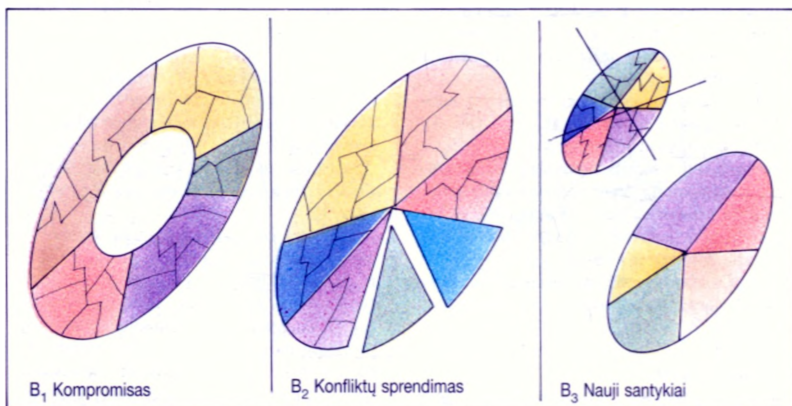
Labai daug terapijos krypčių ištobulino panašius metodus; tai rodo, kaip reikia žmonėms bendrauti.

Neoanalizės pavyzdys yra RUTHOS COHN *teminė sąveika*, skirta ugdyti „jautrumą kitiems bei intuityvius gebėjimus" (COHN, 1975).

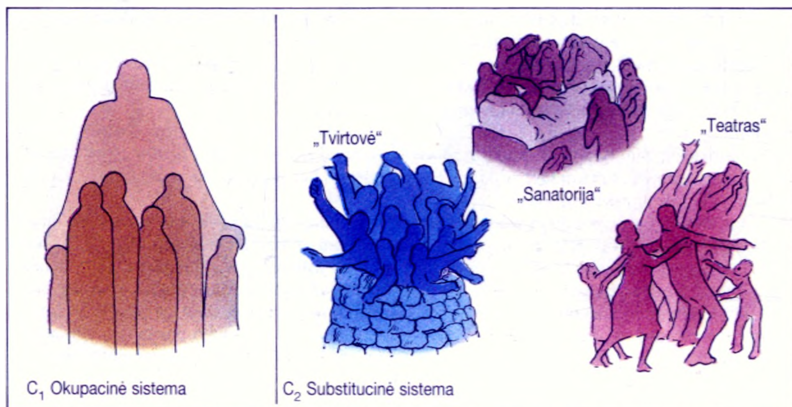
Pagal temas šie metodai susiję su tam tikrais socialinių praradimų išgyvenimais, pvz., kai „bijoma artumo" (W. SCHMIDBAUER), socialiniai ryšiai skatinami neįprastais sąlyčiais (susiglaudimas nugaromis su svetimu žmogumi); socialinio nepasitikėjimo atveju gali būti atliekami pratimai užrištomis akimis, pvz., kristi į kito rankas.



A Šeimos diagnozė



B Šeimos konfliktų terapija



C Sisteminė šeimos terapija

Dažnai be reikalo **šeima** skelbiama žuvusia. Kaip ir anksčiau, ji tebėra pagrindinis patyrimo šaltinis ir gyvenimo strategijų pradžia. Neretai ji esti „neišvengiama diktatūra" (ROHLFS), nuo kurios daugelis bėga. Tikrąją šeimos problematiką atskleidžia plintantys nauji metodai, kurių tiek daug netaiko nė viena kita psichoterapijos kryptis. Šiandien galima skirti dešimtis metodų, kuriuos sunku apibendrinti vienu vardikliu.

Taip pat nėra griežtos ribos su vaikų terapija (mat dažnai į vaikus susitelkia šeimos įtampos) ir su senų žmonių terapija (kadangi esminė seno žmogaus problema yra šeimos praradimas).

A Šeimos diagnozė

Kas yra „serganti" šeima?

Atsakyti į tai taip pat sudėtinga, kaip ir į šio skyriaus pradžioje nagrinėtą klausimą, kas yra nenormalu.

Kaip rodo praktika, dažnai šeimos būklę nepakenčiama laiko tik dalis šeimos.

Žinoma, šeimos terapeutui tokio tvirtinimo nepakanka. Nors šeimos sutrikimų gali būti be galo daug, jo pirmoji užduotis yra diagnozuoti šeimą (dažnai tai yra jau dalis šeimos terapijos). Svarbiausi 3 kriterijai yra šie:

(A_1) *Šeimos aplinkybės*. Tai – rangai, vaidmenys, valdžios santykiai, erdvės pasidalijimas ir kt. Yra testų ir žaidimų, kurie padeda įžvelgti šias aplinkybes bei trūkumus, pvz.:

per didelis artumas ar atokumas, per silpnai jaučiamas lojalumas, neatidumas, prievarta, nekorektiškas kreipimasis, siūlymų atmetimas, atpirkimo ožio vaidmenys, ignoravimas ir kt.

Kai kurių trūkumų terapijos dalyviai iki tol nepastebėdavę.

(A_2) *Šeimos atmosferą* gali veikti įtampos, maišto, vaidijimosi, verksmo, atsiribojimo ir kt. nuotaikos, kurios trukdo bendrauti su kitais; vis dėlto dažniausiai jos yra panašios ir gali stiprinti „nepakenčiamumo" jausmą.

(A_3) Kiekviena šeima sukuria daugybę *bendruomenės taisyklių*, kurios retai reflektuojamos, tačiau dėl to dar labiau sankcionuojamas (skundžiamasi ir baudžiama) jų pažeidimas. Nesutrikusios šeimos nuo sutrikusių šeimų skiriasi tinkama taisyklių sistema, kurios visi laikosi gana vienodai.

Šios sistemos pažeidimai gali šeimą „susargdinti", pvz., jei taisyklės yra per daug griežtos, prieštaraujančios arba šeimos nariams skirtingos.

B Šeimos konfliktų terapija

Kai kurios šeimos terapijos rūšys remiasi paskiausiai minėtomis priežastimis. Jei jos atpažįstamos ir netgi pašalinamos, jau yra daug padaryta, kad šeima išgyventų. Išcentrinės jėgos dažniausiai reiškiasi žmonių santykiuose.

Antai SALVADORAS MINUCHINAS (1979) tvirtina, kad „šeimos žemėlapio" sutrikimų dingstis yra „ribų pažeidimai".

VIRGINIA SATIR savo sistemine terapija mėgina priverstinį elgesį pakeisti atviru.

(B_1) Konfliktai gali būti įveikti kompromisu, kurį pripažįsta ir kurio laikosi visi nariai.

(B_2) Galima atskirai vieną po kito pertvarkyti konflikto sektorius ir pašalinti blogybes, pvz., per partnerių terapijos seansą nustatomi neracionalūs ginčų aspektai ir stiprinamas tarpusavio pasitikėjimas.

(B_3) Pagaliau po tuo, kas buvo, galima braukti brūkšnį ir pradėti iš naujo.

Šitą kelią visų pirma siūlo į klientą nukreipta šeimos terapija (GORDON, GUERNEY ir kt.).

C Sisteminė šeimos terapija

Visiškai kitu keliu eina gelmių psichologijos mokyklų šeimos terapija. Jų požiūriu, būtinai turi keistis visa „nesąmoninga" šeimos sistema. Yra skiriamos tokios sistemos:

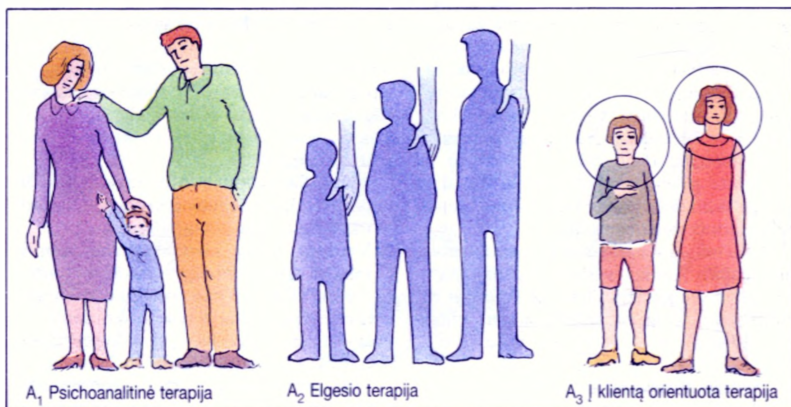
(C_1) Okupacinė sistema. Vienvaldis šeimos narys „okupuoja" šeimą arba tėvai „okupuoja" vaikus, kaip pačių nepasiektų idealų reiškėjus pagal perdavimo principą (H. STIERLIN).

(C_2) Substitucinė sistema. Šeima virsta „tvirtove" (paranoidinė gynyba), „sanatorija" (baimės paveiktas neurotinis gailestis sau) arba „teatru" (isterinis išstūmimas) – tai H. E. RICHTERIO apibūdintos „šeimos charakterio neurozės".

Čia bandoma įveikti ne atskirus šeimos konfliktus ar sutrikimo simptomus, bet analitiškai pertvarkyti „šeimos pasąmonę" (GERLICHER, 1977).

Šiuos bendrus metodus papildo kiti, pvz., R. P. LIBERMANO šeimos elgesio terapija, W. KEMPLERIO visybinė šeimos terapija, M. SELVINI'O ir PALAZZOLI'O šeimos bendravimo terapija.

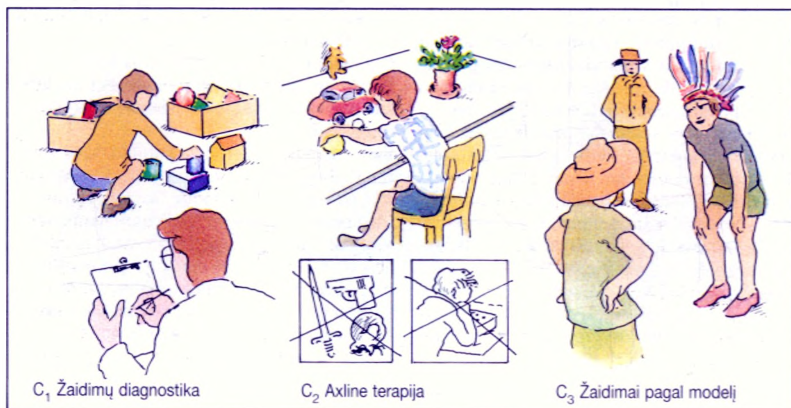
Yra ir atskirų šeimos narių terapijos metodų kaip H. G. PREUSSO porų terapija, G. SPARKO kartų terapija, J. HALEY sutuoktinių terapija bei tokie eklektiniai metodai kaip integruota šeimos terapija (M. E. TEXTOR, 1985).



A Terapijos kryptys



B Žaidimų teorijos



C Žaidimų terapija

Vaikų terapija, žinoma, kitokia nei suaugusiųjų.

Vaiko problemos kitokios, be to, jis jas sunkiau įvardija.

Nors terapijos kryptys skirtingos, jas sieja požiūris į žaidimą kaip į pagrindinę vaikų veiklą.

A Terapijos kryptys

Trys pagrindinės psichoterapijos kryptys taikomos ir vaikų terapijai.

(A_1) *Psichoanalitinę* vaikų terapiją apibūdina MELANIE KLEIN ir ANNOS FREUD ginčas.

M. KLEIN manė, kad kiekvienas vaiko sumanytas žaidimas turi *simbolinę* reikšmę.

A. FREUD, priešingai, skeptiškai žiūrėjo į visuotinį žaidimo aiškinimą.

Bendra šiai grupei yra tai, jog manoma, kad terapija (katarsiu) turi panaikinti *išstūmimą*.

(A_2) *Elgesio terapijos* kryptį, nepaisant įvairių metodų, vienija tikslas

tam tikrais amžiaus tarpsniais tam tikru būdu išmokyti tam amžiui būdingo elgesio.

(A_3) *Į klientą orientuota* vaikų terapija skatina vaiko saviraišką be tiesioginio suaugusiųjų kišimosi.

B Žaidimų teorijos

Kad žaidimai būtų tinkamai panaudoti, buvo ištobulintos specifinės žaidimo teorijų kryptys. Tai pradėta jau XVIII a. (H. SCHEUERL). Todėl tokių teorijų daugybė, pateikiamos 4 svarbiausios.

(B_1) Vienos seniausių yra *mokymosi teorijos:* jų prielaida – žaidimas yra instinktyvi elgesio programa, evoliuciniu požiūriu naudinga tuo, kad padeda pasirengti spręsti gyvenimo uždavinius.

Vaikas savo veiklos siekių nerealizuoja rimtose situacijose, todėl gyvybines jėgas naudoja žaidimui.

(B_2) Kitų (kaip, pvz., FRIEDRICHO SCHILLERIO) nuomone, žaidimas yra su *jėgų pertekliumi* susijęs reiškinys; vėliau, ypač gelmių psichologijos mokyklos, žaidimą laikė slegiančių būsenų panaikinimu (*katarsiu*, išsilaisvinimu nuo nemalonių jausmų).

Įvairūs *pusiausvyros* modeliai žaidimą aiškina kaip įtampos ir atsipalaidavimo ratą (H. HECKHAUSEN).

(B_3) Naujesnės kognityvinės teorijos žaidimą laiko vienu *informacijos paieškos* procesų, t. y. proto saviraiškos forma (smalsumo tenkinimas).

Tuo galima būtų paaiškinti ir daugelyje žaidimų esančią riziką.

(B_4) Pagaliau daugelis teorijų pabrėžia *socialinį* visų pirma partnerių bei komandų žaidimų pobūdį.

Jų motyvai – varžymasis bei pretenzijos būti pripažintam. Tačiau noras žaisti gali kilti ir paprasčiausiai ką nors veikiant kartu.

C Žaidimų terapija

(C_1) Daugelis vaikų terapijos rūšių žaidimus naudoja ne tik terapiniais, bet ir *diagnostiniais* sumetimais.

Tuomet žaidimas gali būti vertinamas tiek pagal trukmę, medžiagos kiekį bei jos pasirinkimą, pagal amžiui tipiškus žaidimo būdus (pvz., bendri žaidimai galimi tik vėlyvojoje vaikystėje), tiek pagal turinio sudėtingumą bei struktūrinimą.

(C_2) CARLO ROGERSO mokinės VIRGINIJOS AXLINE žaidimų terapija tapo viena žinomiausių:

„Žaidimų terapija remiasi tuo, kad žaidimas yra natūrali vaiko saviraiškos priemonė. Ji suteikia vaikui galimybę „išžaisti“ savo jausmus ir konfliktus“ (AXLINE, 1972).

Vaikui duodama žaidimo medžiaga, kuri neleidžia smarkiai nukrypti (GOETZE, JAEDE, 1978): nesukelia agresijos (pvz., kardas), bet ir neverčia sėdėti ramiai (pvz., šachmatai). 8 pagrindiniai AXLINE principai, be kita ko, reikalauja,

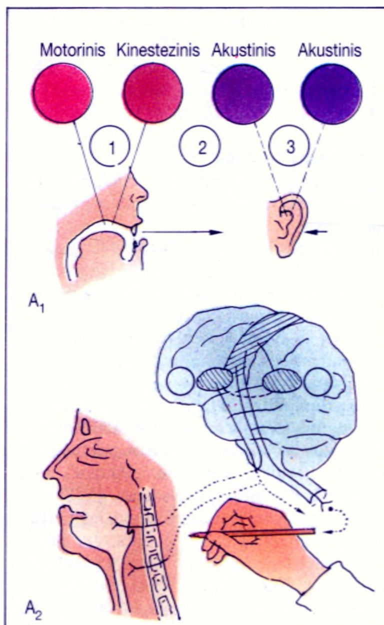
kad ryšys su vaiku būtų šiltas, draugiškas, kad nebūtų tiesiogiai kišamasi į jo žaidimą ir kad jis galėtų laisvai reikšti mintis.

(C_3) *Bihevioristinė* žaidimų terapija daugiausia remiasi mokymosi modeliu (žr. VII, 2).

LAZARUSO *elgesio kartojimo terapijoje* ir KELLY *vaidmenų įtvirtinimo terapijoje* modeliavimo sumetimais žaidžiamos tam tikros situacijos.

Įterpiami ir kiti elgesio terapijos metodai, pvz., *atlygio sistema* (žr. XIX, 5). Vaidmenų žaidimai (pvz., „indėnai“) sieja žaidimų terapiją su kitomis terapijos rūšimis, pvz., psichodrama.

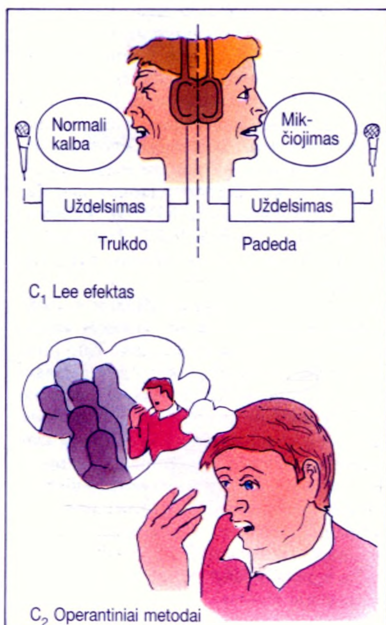
Prevencinė žaidimų terapija (BENESCH, 1980) naudoja žaidimus kaip priemonę iš anksto pasiruošti galimiems sunkumams: kaip *įtampos subalansavimą* (psichikai nėra palankūs nei skubėjimas, nei nuobodulys, o žaidimas padeda reguliuoti įtampą), kaip *sustiprinimą* (laimėjimų ir pralaimėjimų kaita tampa tarsi nereguliariu sėkmės išgyvenimu), kaip *atlikimą* (kūrybinė eksperimentavimo nuostata), kaip *malonumą* (emocinė atgaiva), kaip *savirealizaciją* (žaidžiant galima pažinti save), kaip *rizikingą katarsį* (išlaisvinantis „žaidimas su ugnimi“), kaip *ryšį su bendrija* (žaidimo partnerių elgesys).



A Kalbos raida



B Logopedija



C Grįžtamojo ryšio metodai



D Kalbos treniruotė

Kuriuo žmogaus filogenezės metu atsirado **kalba** (CLAIBORNE, 1978, manymu, prieš 100–200 tūkst. metų), sunku nustatyti. Tai buvo ilgas procesas – nuo ženklus reiškiančių garsų iki ilgų abstrakčių sakinių. Seniausi *raštai* (apie 1000 m. pr. Kr.) rasti Kinijoje.

Žodinis bendravimas padeda suartėti su kitu žmogumi, perteikti sukauptus dvasinius turtus, subręsti asmeniui pačiam.

Žmogui, kurio kalba sutrikusi, daugiau ar mažiau trūksta galimybių save reikšti.

A Kalbos raida

Kalbos *ontogenezė* (individuali raida) gali būti kažkuo panaši į jos filogenezę.

(A_1) Naujagimio riksmas, pirmieji jausmų išraiškos niuansai nuo 6 gyvenimo savaitės, vėlesnė vapaliojimo stadija, pirmieji čepsėjimo bei pliauškėjimo (liežuviu) garsai yra

1) *pirminės* kalbos grandinės, kuriai būdingas motorinis bei kinestezinis grįžtamasis ryšys (judesių išgyvenimai), elementai.

2) *Antrinė* kalbos grandinė apima ir akustinius elementus: paties ištarti garsai keičiami.

Pagaliau 3) *tretinėje* kalbos grandinėje kopijuojami aplinkiniai garsai.

(A_2) Vėlesniems rašymo veiksmams (lygiagrečiai ir kalbai) vadovauja vyraujanti kairioji smegenų pusė (jei žmogus dešiniarankis) per 1) motorinį (Broca sritis) bei 2) sensorinį (Wernike sritis) kalbos centrą.

B Logopedija

Kalbėjimo procese dalyvauja ne mažiau kaip 70 raumenų grupių. Kad kalba būtų tobula, reikia įvykdyti labai daug sąlygų – nuo gebėjimo kaupti žodžių atsargą iki kalbos patyrimo. Kadangi kalbos struktūra sudėtinga, yra daug *kalbos sutrikimų*, iš kurių svarbiausi šie:

Mikčiojimas (blokuojamas arba trūkčiojamas kalbėjimo tėkmės sutrikimas, žr. XIII, 9), lemenimas (nepakankamas garsumas, netinkamas skiemenų, žodžių kūrimas), šūkalojimas (kalbos darnos sutrikimas, pvz., skubota šneka), artikuliacijos sutrikimai (sutrikusio kalbos aparato sąlygojami patologiniai nukrypimai), agnozija (žodžiai girdimi ar matomi, tačiau nesuprantami), afazija (gebėjimo kalbėti praradimas), apraksija (gebėjimo įsidėmėti kalbą praradimas), afonija (balso netekimas), logorėja (nesulaikomas šnekumas).

Šie sutrikimai šalinami įvairiais metodais. *Logopedija* (kalbos „gydymo" mokslas) yra specialus išsilavinimas, padedantis išmokti kalbėti:

(B_1) kalbėjimo pratybos *klausant* (ištarti garsai mėgdžiojami) ir

(B_2) *aktyvaus* kalbėjimo pratybos (artikuliuoti padedama ranka arba instrumentais, pvz., zondavimo prietaisais).

C Grįžtamojo ryšio metodai

(C_1) Normaliai kalbančiajam jo paties kalba, išgirsta per ausines po kelių sekundės dalių, trukdo, o mikčiojantysis, priešingai, – dažnai ima kalbėti geriau (LEE efektas; B. LEE, 1951).

Panašūs metodai taikomi, pvz., kartojant magnetofono įrašą (*mėgdžiojimas*), kalbant choru (unisono metodas), kalbą maskuojant (per ausines perduodamas nuolatinis triukšmas).

(C_2) Jei sunku pradėti kalbėti (žodžių tęsimas), griebiamasi *operantinių* metodų (žr. VII, 2), kartais netgi paradoksalios intervencijos (pvz., sąmoningo mikčiojimo). Sisteminiu jautrumo mažinimu (kai paties kalbėjimas įsivaizduojamas; žr. XIX, 6) mėginama nuslopinti baimę kalbėti.

D Kalbos treniruotė

Naujesni yra *psichosocialinio kalbos modifikavimo* metodai (VON RIPER). Pagal juos kalbos sutrikimai susiję su *kalbos motyvacija*. Šiai grupei priskiriama daugiau metodų:

kalbinio ryšio poreikių skatinimas;

džiaugsmo reikšti save, įvairiopos simpatijos, sėkmės išgyvenimų skatinimas.

Pastarąjį dalyką pabrėžia įvairūs pasitikėjimo savimi treniravimo metodai, kurie baigiami „vengimo šalinimo terapija" (WITTLING).

Socialinė *kalbos treniruotė* į terapiją įtraukia grupę panašius sutrikimus turinčių žmonių. Dviem pakopomis atliekami formulavimo ir kalbėjimo pratimai (BENESCH).

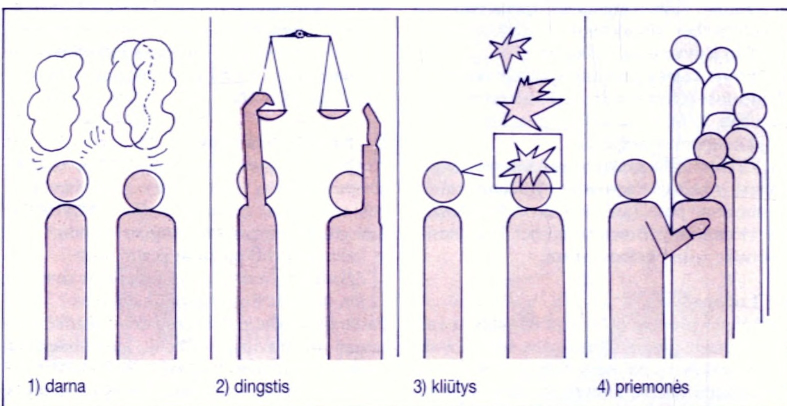
Iš pradžių lavinamas balsas ir stiprinamas kalbos aparatas, paskui mokomasi formulavimo pagrindų (įgūdžių tiksliai apibūdinti objektus, o vėliau – ir abstrakčias temas).

Pratinantis kalbėti auditorijai griebiamasi jau senovėje taikytų metodų. ARISTOTELIS apie tai rašė:

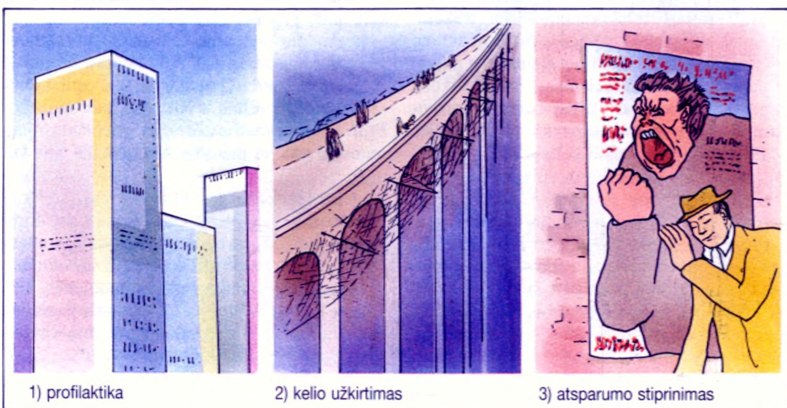
„Moralės kodeksas yra veiksmingas, kai kalbantysis jį *pateikia* įtikinamai; doru žmogumi tikime besąlygiškai, ypač tuomet, kai neįmanoma būti kuo nors absoliučiai tikram, kai vyrauja įvairios nuomonės. Tačiau tai turėtų būti pasiekta ne dėl išankstinės nuomonės apie kalbančiojo dorovingumą, bet tam tikru kalbėjimo būdu".



A Paramos metodai



B Psichologinis konsultavimas



C Prevencija

WILHELMAS BUSCHAS kliūtis keistis traktuoja humoristiškai:

„Vargt privalai, jei nori augti,
netrūsdamas juk susmunki;
o mielas Dievas turi traukti,
nes velniui tu ir taip tinki".

Norint tobulėti reikia būti sąmoningam (savęs pažinimas yra pirmas tobulėjimo žingsnis), tačiau to nepakanka. Yra pagalbos metodų, padedančių siekti sėkmės. Svarbiausia praktinės psichologijos sritis, nagrinėjanti žmogaus galimybes, dažniausiai vadinama **sielovada.**

A Paramos metodai

Kaip nukreipti žmogų, kad jis įgyvendintų savo gerus sumanymus?

Nors tuo tikslu taikoma daugybė metodų, pagrindinių idėjų nėra daug ir jos ne visuomet garantuoja sėkmę. Norint pasiekti tikslą, reikia abipusio (konsultanto ir kliento) atkaklumo. Pagalbos metodus galima suskirstyti į 6 grupes.

1) *Iššūkio* metodas pagrįstas dorovingumo ugdymu:

daugumos pasaulėžiūrų kelias, kaip man žinoma, ne visuomet sėkmingas.

Būti sąmoningesniu skatina ir kiti.

2) Nerečiau bandoma remtis *sąlygojimu.*

Beveik kiekviena bendruomenė, auklėdama jaunąją kartą, jai ne tik perteikia žinias, bet ir moko elgtis: arba skatina turimus polinkius (palaikymo metodas), arba nepageidaujamiems polinkiams užkerta kelią (konfrontacijos metodas).

3) Senose (pvz., afrikiečių) kultūrose per metines šventes suteikiamos plačios galimybės *išreikšti save;* manoma, kad šitaip atsikratoma psichikoje susikaupusių nuosėdų.

Šiandien taikoma sielovadinė meno terapija bei jausmų atgaivinimo metodai.

4) Gydomuoju *veiklos* poveikiu bandoma padėti lygtinai nuteistiesiems, užimtumo terapija taikoma chroniškiems pacientams, socialinis darbas padeda sveikti nukentėjusiesiems dėl kenksmingų aplinkos poveikių. Svarbiausia nukreipti dėmesį nuo savęs į naudingą veiklą.

5) *Aplinka* čia irgi gali būti naudinga.

Paprasčiausiu atveju taikoma spalvų terapija – pasirenkamos tam tikrą poveikį turinčios spalvos, pvz., klinikose arba namuose sienos nudažomos tam tikromis spalvomis.

Kelionė per atostogas taip pat naudinga, nes keičiama aplinka.

Auklėjant vaikus namie neišvengiama kiemo įtaka, nors ji ne visuomet tokia, kokios trokštama.

Pagaliau pastaruoju metu yra daug galimybių ugdyti socialinius gebėjimus (žr. XIX, 6).

6) Plačiausia yra *eklektinė* sritis, apimanti įvairią įmanomą iniciatyvą.

B Psichologinis konsultavimas

Psichologinis konsultavimas anksčiau buvo praktinė religijų sritis, dabar šios funkcijos sekuliarizuotos. Temos iš dalies pasikeitė:

sutuoktinių konsultavimas, auklėjimo, liguisto potraukio (narkomanijos) dalykai, senų žmonių konsultavimas ir kt.

Konsultavimo procesą galima skirstyti į 4 tarpsnius:

1) Būtina atsižvelgti į konsultuojamojo padėtį. Konsultantas turi *suderinti* savo ir kliento intencijas keisdamas *įprastus* įsivaizduojamus tikslus; tik tuomet jis gali ryžtis subtiliems kliento įsivaizduojamų tikslų pokyčiams.

2) Vėliau konsultantas įvertina *dingstį įsikišti:* kiek jis turi bandyti paveikti klientą; kuo daugiau konsultantas kišasi, tuo mažesnė kliento iniciatyva (svarstyklių derinimas).

3) Pajusti pažangos *kliūtis* yra beveik svarbiau, negu žinoti tikslus.

4) Dabar metas apmąstyti, kokių *priemonių* imtis.

Pvz., senų žmonių terapijai tiktų:

atsikratyti socialinio bejėgiškumo, įsitraukti į visuomenės gyvenimą, išplėsti naujas veiklas, iš naujo paskirstyti laiką, išsaugoti jaudinančias situacijas, išsiugdyti savikontrolės būdus.

C Prevencija

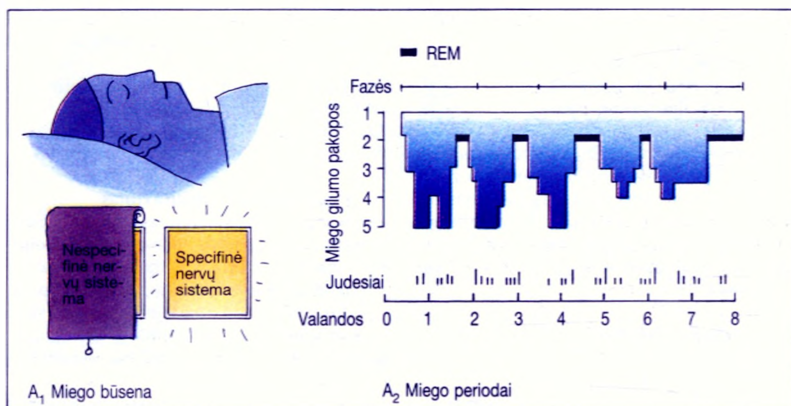
Daugelį polinkių į psichikos sutrikimus galima *numatyti.* Todėl jau seniai vadinamosios psichohigienos sumetimais yra bandoma atpažinti ir pašalinti galimo sutrikimo šaltinį.

1) Pvz., architektūros psichologija *profilaktiškai* kovoja prieš sargdinančius dangoraižius.

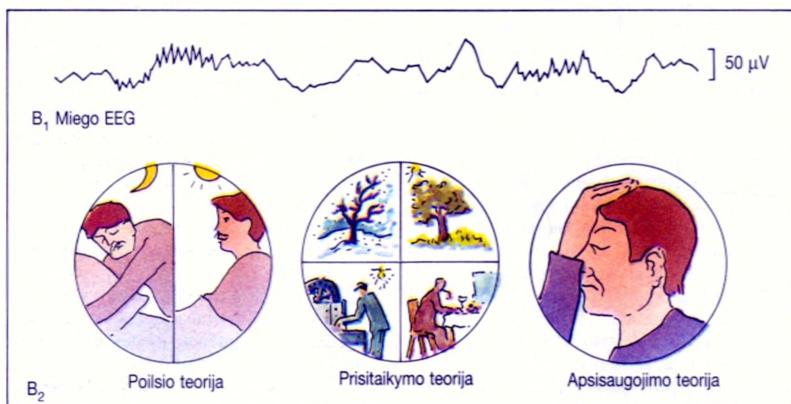
2) Pvz., mėginama *užkirsti kelią* savižudybėms nuo pavojingų tiltų.

3) Pvz., *stiprinant atsparumą* bandoma sušvelninti per rinkimų kovas susikurtų priešiškų vaizdinių žalą.

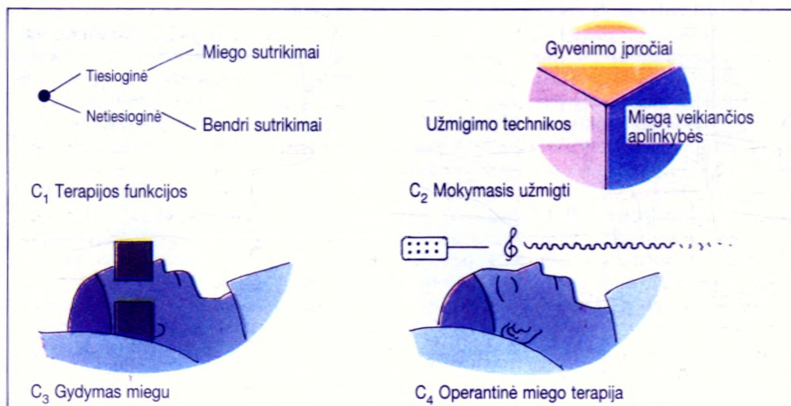
Šios labai svarbios apsisaugojimo priemonės dažnai neįvertinamos ir retai įgyvendinamos: trūksta institucijų, kurios susitelktų prieš gausias manipuliavimo jėgas.



A Miego psichofiziologija



B Miego teorija



C Miego terapija

SCHILLERIO „Valenšteine" yra tokios eilutės:

„Paskutines dienas prisikankinęs,
Ruošiuos užmigti aš ilgam.
Tik neprižadinkit per daug anksti".

„Saldus miegas" visuomet buvo žinomas kaip vaistas. Tačiau, nepaisant akivaizdžios mokslo pažangos, apie **miegą** daug kas tebėra neaišku.

A Miego psichofiziologija

(A_1) Miegui kūnas ruošiasi įvairiais fiziologiniais procesais, kurie visi ima veikti užmigus:

pakinta širdies ir kvėpavimo ritmas, susiauréja vyzdžiai, sustiprėja parasimpatinės sistemos veikla, susilpnėja grįžtamasis ryšys su pojūčiais, sulėtėja medžiagų apykaita.

Svarbu yra tai, kad miegant slopinama tik *nespecifinė* (aukštesnioji) nervų sistemos dalis, o *specifinė*, priešingai, veikia toliau.

Todėl miegodami girdime beveik viską, tačiau nieko nesuvokiame, t. y. mus gali pažadinti trenksmas, tačiau dažniausiai nežinome, kodėl atsibudome.

(A_2) Neurologai N. KLEITMANAS ir E. ASERINSKY 1953 m. atsitiktinai pastebėjo (kaip ir senais laikais ARISTOTELIS) periodiškus stiprius miegančio žmogaus *akių judesius*.

REM (*greitųjų akių judesių*) fazėje sapnuojama maždaug 80% laiko, o ne REM fazėje – tik 7% laiko (kitą miego laiką sunku priskirti kuriai nors fazei).

Lentelėje pateiktos miego fazės ir miegančiojo judesiai jų metu.

B Miego teorija

(B_1) Miego tyrimus gerokai paspartino EEG (smegenų srovių užrašymas):

Tipiška miego EEG rodo mažą smegenų aktyvumą su pavieniais svyravimais (greita 13 Hz dažnio bangų seka).

EEG aiškiai matyti, kaip kinta miego gylis (nuo snūduriavimo iki gilaus miego).

(B_2) Kodėl žmogus privalo miegoti, mėgina aiškinti 3 teorijos.

Poilsio teorijų požiūriu, miegas, kaip neveikimo intarpai, atgaivina gyvybines funkcijas, kad galima būtų sukaupti naujų jėgų ir gyventi toliau.

Prisitaikymo teorijos teigia, kad dienos, nakties ar žiemos miegas susijęs su nuo laiko priklausomais aplinkos pokyčiais (maisto pasiūlos metas, šviesos ir tamsos santykis ir kt.).

Apsisaugojimo teorijos įžvelgia biologinę miego reikšmę: miegas apsaugo smegenų ląsteles nuo ilgai trunkančio dirginimo, nes jos, ne taip kaip dauguma kitų kūno ląstelių, neatsinaujina.

C Miego terapija

(C_1) Yra dvi pagrindinės miego terapijos grupės:

vienu atveju bandoma *tiesiogiai* atstatyti (sutrikusį) miegą,

kitu atveju „sveiku" miegu stengiamasi sušvelninti *kitokius* sutrikimus (pvz., streso reakcijas).

(C_2) *Mokoma užmigti*, gydant miego sutrikimus, trejopai:

analizuojant *gyvenimo būdą* dažnai mėginama nustatyti miegą trikdančius įpročius (valgymo, gėrimo ir kt.) ir juos pašalinti;

nagrinėjant *miegą veikiančias aplinkybes* gali būti atsižvelgiama į daugybę dalykų: gyvenimo problemas, butą ir kt.;

taikant *užmigimo technikas* paisoma požiūrio į miegą apskritai (kaip asmuo supranta miego reikšmę) ir pastangų užmigti pobūdžio (psichofiziologinės ruošimosi miegui būsenos).

(C_3) *Gydymas miegu* – bandymas pailginti miego trukmę siekiant panaudoti jo psichofiziologinius privalumus. Tai taikoma jau nuo senų laikų.

Gydant miegu svarbu rami aplinka („miego slėptuvė"); daugelį dienų ar savaičių miegas nutraukiamas tik tokioms būtinoms funkcijoms kaip valgis ir kūno priežiūra. Kadangi tokiu atveju miego poreikis patenkinamas su kaupu, miegas virsta snūduriavimu.

(C_4) *Operantinė miego terapija* taiko miegą palaikančius metodus.

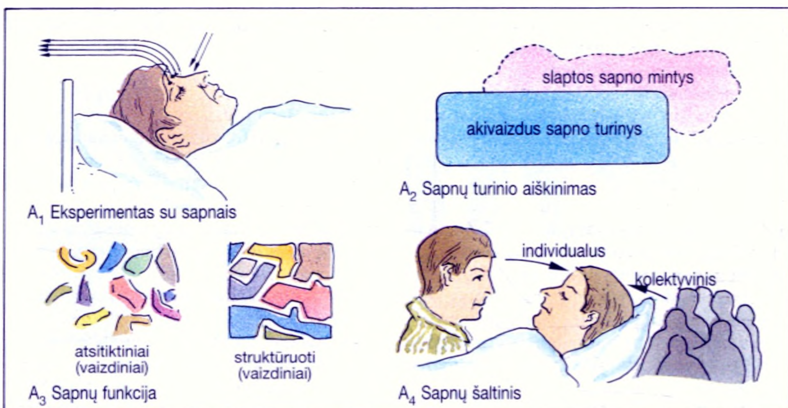
Kai taikoma sąlyginių refleksų terapija (WAZURO), miegas iš pradžių sukeliamas vaistais kaip nesąlyginiu dirgikliu (žr. XIX, 6), kartu pateikiamas sąlyginis dirgiklis (pvz., tylūs garsai), kuris jau pats savaime sukelia arba palaiko miegą.

KLEINSORGE (1958) pabrėžia miego terapijos, kaip intensyvaus poilsio galimybės, reikšmę:

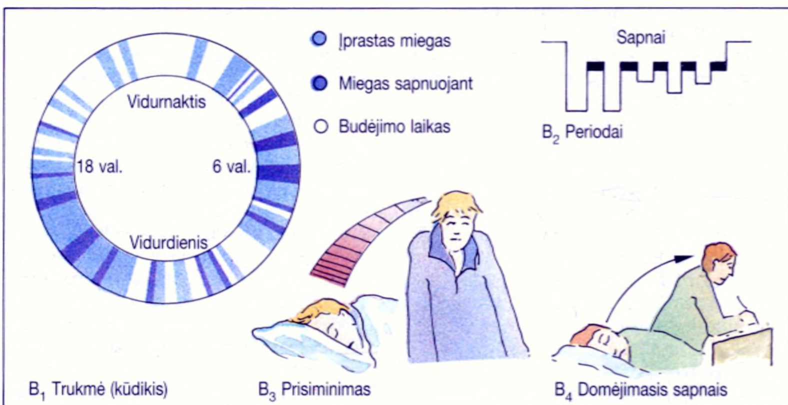
„t. y. ji veiksminga kaip aplinkos terapija, kurios tikslas – pacientą visiškai išvaduoti iš įprastos aplinkos ir perkelti į visai kitokią gamtos, buto aplinką bei bičiulių draugiją".

Stacionare įvairios miego terapijos rūšys gali būti derinamos ir su kitais metodais, kaip, pvz., hipnoze ar autogenine treniruote.

Pastaruoju metu (SCHULTE, TÖLLE) depresija kartais gydoma ir priešingai – *ribojant miegą*.



A Sapnų teorijos



B Sapnų tyrimai



C Sapnų reikšmė

Į **sapnus** visuomet buvo žvelgiama kaip į kažką paslaptinga. Dažniausiai buvo vengiama juos tyrinėti moksliškai, tačiau nors sapnai ir buvo ignoruojami, tebeliko aktualūs. Per paskutinius dešimtmečius dauguma krypčių sapnus pradėjo tyrinėti iš naujo.

A Sapnų teorijos

Pirmieji sapnų eksperimentai atlikti XIX a. viduryje (KOHLSCHÜTTER) – bandomaisiais tikslais buvo nutraukiamas miegas.

Pažadinus žadintuvu buvo nuosekliai klausinėjama, kas sapnuota.

(A_1) Dabar *sapnų eksperimentai* sutelkti daugiausia į smegenų bangų, akių judesių (miegant) bei tam tikro ypatingo sapnų atkūrimo tyrimus.

Taip nustatyta vadinamoji sapnų ritmika (maždaug 5 kartus fazėmis pasikartojanti sapnų seka).

(A_2) Nuo tada, kai S. FREUDAS (1900) sapnų aiškinimą įtvirtino psichoterapijoje kaip „tiesų kelią" į pasąmonę, buvo išplėtota ir priešinga kryptis – *sapnų turinio aiškinimas*. FREUDAS skyrė *akivaizdų* sapno turinį ir *slaptas* (t. y. užkulisines) sapno mintis.

Prabudus sapnas atrodo kaip „netikra tikrovė" (HEISS), o miegant – kaip be galo emocinga (apie 70%), dažniausiai nemaloni (2/3 atvejų), itin vaizdinga (80% vyrauja vaizdiniai, kitos pojūčių sritys, palyginti, retos) realybė.

Tik retų *aiškiųjų* sapnų atveju žmogus suvokia, kad sapnuoja.

(A_3) Įvairios sapnų teorijos sapno turinį aiškina kaip *atsitiktinius vaizdinius* arba kaip *prasmingų struktūrų* simbolius. Tiesa, dauguma mano, kad abu aiškinimai yra teisingi.

Fiziologinės teorijos teigia, kad sapnuojama, kai gilesnėse smegenų zonose sužadinti neaiškūs impulsai vėliau aukštesnėse smegenų zonose sujungiami į vientisus vaizdinius; taip atsiranda poreikis juos įprasminti, ir tai gali vykti tiek atsitiktine, tiek tipiška tvarka.

(A_4) Taigi *sapnų šaltinis*, kaip teigia gelmių psichologijos mokyklos, gali būti ir individas, ir „kolektyvinė pasąmonė" (C. G. JUNG).

B Sapnų tyrimai

Kad būtų galima išmatuoti individualius sapno išgyvenimus, reikia bendrų sapnavimo normų, o kol kas jos dar nėra pakankamai ištirtos.

(B_1) Bendra sapnų *trukmė* priklauso nuo amžiaus.

Kūdikio diagramoje matome išryškintus sapnavimo periodus per 17 jo miego valandų. Vidutinio amžiaus žmonių sapnavimo periodai sudaro maždaug 20%, senų žmonių – maždaug 14% ir mažiau bendros miego trukmės.

Sapnų diagnostika nagrinėja ir įvairiai grindžiamus individualius nukrypimus nuo normos.

(B_2) Tą patį galima pasakyti ir apie *sapnavimo periodus*.

(B_3) Sapnai *prisimenami* irgi skirtingai: kuo trumpesnis laiko tarpas tarp sapno ir pabudimo, tuo sapnai atgaminami geriau.

(B_4) Aiškinant sapnus dažnai užmirštama, kad juos veikia ir tai, kiek jais *užsiimama*: pvz., žmogus, nuolat rašantis sapnų dienoraštį, irgi veikia savo sapnus.

C Sapnų reikšmė

Jau ARTEMIDORAS (II a. po Kr.) savo veikale „Sapnų analizė" skyrė pranašingus sapnus nuo kitų, kurie yra:

„tik kažko, kas jau yra, pvz., alkio, troškulio ir kt., atspindys ar padarinys".

(C_1) Sąvoka *dienos atgarsiai* apibūdina sapne pasireiškiančius „praėjusių dienų elementus" (LAPLANCHE).

(C_2) Ne vieną dešimtmetį registravus sapnus paaiškėjo (F. HACKER), kad dažniausi *baimingi sapnai*.

(C_3) Jie kyla iš *sapnų pakeitimo*; FREUDAS jo dažnai cituojamame sapnų apibrėžime tai apibendrintai vadina „bandymu patenkinti norus".

(C_4) Daugelis sapnų padeda „įveikti praeitį" arba į ją *sugrįžti* (saugumo polinkis).

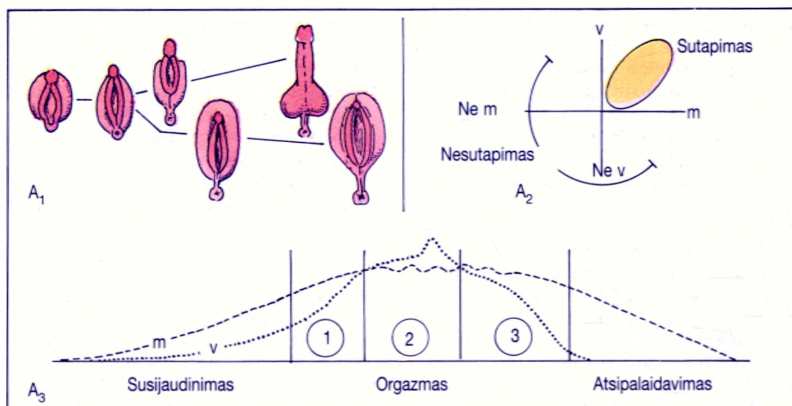
Sapnų analizei labai svarbu, kaip aiškinamas jų susidarymas. Daugelis sapnų yra „tariami mąstymo šedevrai" (HEISS), galintys gerokai iškreipti realybę:

(C_5) *Perkėlimas*, arba išplėtimas, yra klaidingas požymių priskyrimas, pvz., kitam asmeniui;

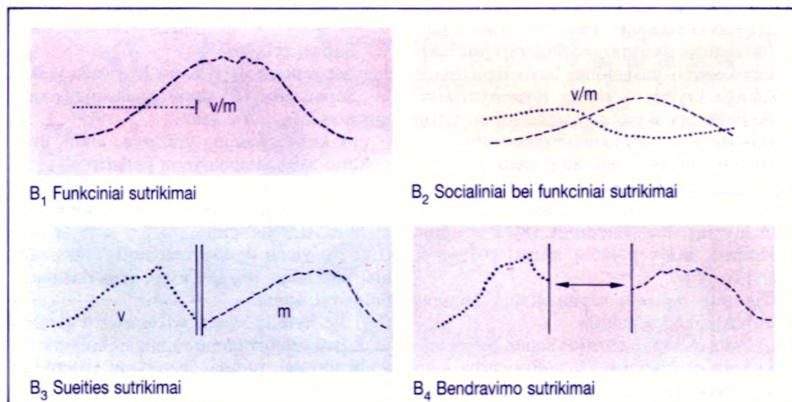
(C_6) *Sutirštinimas*, arba agliutinacija, – susitelkimas į svarbiausią požymį;

(C_7) *Pertvarkymas*, arba permutacija, gali reikšti, kad objektai pakeičiami asmeniu arba atvirkščiai.

Sapnų semantika (ženklų mokslas) plėtojama toliau; vis dėlto jau galima teigti, jog sapno vaizdinys ne visuomet vienareikšmiškai susijęs su tam tikra reikšme.



A Lyčių skirtingumas



B Lytiniai sutrikimai



C Lytinių sutrikimų terapija

Dažnai vietoj **lytiškumas** sakoma „intymioji sritis"; taip išreiškiamas psichologinis jautrumas šiai sričiai.

Lytiškumas nėra viešai reiškiamas. Kita vertus, gali būti apie tai viešai kalbama komercijos sumetimais.

Požiūris į lytiškumą nepastovus ir priklauso nuo visuomeninių aplinkybių, šalies bei laikotarpio.

A Lyčių skirtingumas

Evoliucijos požiūriu, dauginimasis lytiniu būdu kur kas pranašesnis negu ląstelių dalijimasis. Į tai svarbu atsižvelgti nagrinėjant tokio dauginimosi būdo *socialinius ir psichologinius* privalumus bei trūkumus.

Dėl lyčių skirtumų žmonija yra tarsi padalyta į dvi lengvai skiriamas dalis. Privalumas – stipresnės lytinės paskatos, tačiau visuomet egzistuoja (individualios arba kolektyvinės) „lyčių kovos" pavojus.

Visuomeninė moterų priespauda yra sunkiausias lyčių skirtumo padarinys.

Einant nuo *biologinės* prie *individualios psichologinės* bei *socialinės* srities šis skirtingumas vis ryškesnis.

(A_1) Pagal *ontogenetinę* raidą galima nesunkiai atpažinti bendrą varpos ir varputės, sėklidžių ir lytinių lūpų (atsiskiriančių tik embriono stadijoje), kilmę.

(A_2) Nors *psichologinis* lyčių skirtingumas neginčytinas, jų tapatumo sritis (sutapimas) yra ne mažesnė už skirtumų sritį (nesutapimą). Skirtingumą sustiprina aprangos normos.

Lyčių *socialinių* galimybių nevienodumas netgi akivaizdesnis už realius *biologinius* skirtumus.

(A_3) Nesusipratimų tarp lyčių pasitaiko ir intymiojoje srityje. Lytinis gyvenimas yra pažeidžiamas ypač dėl fiziologinių poreikių skirtumų, kuriuos gali padidinti klaidingi abipusiai lūkesčiai.

Vidutinės lytinio susijaudinimo kreivės skiriasi visose trijose – 1) susijaudinimo, 2) orgazmo, 3) atsipalaidavimo – fazėse.

B Lytiniai sutrikimai

Daugybę lytinių sutrikimų galima skirstyti pagal tai, kurioje iš 3 fazių jie pasireiškia: pasirengimo (prasidedančio susijaudinimo), sueities (kulminacijos) ar pabaigos (pvz., atsiribojimas po akto) fazėje.

Skiriamaisiais kriterijais laikomi 4 socialiniai bei psichologiniai dalykai.

(B_1) *Funkcijų sutrikimai* siejami su susilpnėjusiu (kartais ir perdėtu) lytiniu pajėgumu:

pvz., impotencija arba perversija.

(B_2) *Socialiniai bei funkciniai sutrikimai* dažnai kyla dėl sociumo baimės:

artumo baimė, baimė susirgti lytinėmis ligomis ar AIDS.

Juos gali sąlygoti ir tam tikros situacijos:

erdvės ar atskirumo poreikis, aplinkos kliūtys.

(B_3) Pačios *sueities sutrikimais* galima laikyti:

vaginizmą, įvairias anorgazmijos formas (kaip priešlaikinė ejakuliacija) ir kt.

(B_4) *Bendravimo sutrikimai* yra savo ar partnerio lytinių poreikių nesupratimo (pvz., dėl informacijos trūkumo) padarinys (sutrikę lytiniai santykiai yra viena sutrikusių santykių išraiškos formų). Lytinio gyvenimo psichologinių problemų kyla dėl to, kad trokštama intymumo ir kartu bijoma realių ar įsivaizduojamų pavojų.

C Lytinių sutrikimų terapija

Lytinių sutrikimų terapija padeda tiek gerinti partnerių intymų gyvenimą, tiek harmonizuoti individo seksualumą, tiek profilaktiškai šviesti žmones.

(C_1) *Stimuliavimo terapija* remiasi tos srities pradininkų MASTERSO ir MASTERS-JOHNSON darbais. Jie reikalauja, kad ir klientai, ir terapeutai dalyvautų terapijoje poromis.

Terapijos seanse aptariami darytini pratimai, kurių ribos (stimuliavimo sumetimais) neturėtų būti peržengiamos.

(C_2) *Sąlygojimo terapija* dažniausiai būna individuali,

pvz., sistemingas jautrumo mažinimas (žr. XIX, 6) lytinių baimių atveju.

(C_3) Mokytis *lytinės savikontrolės* iš pradžių klientams padeda terapeutai, paskui dažnai mokosi patys,

pvz., atnaujinti įpročius.

(C_4) Dėl *lytinio švietimo*, kaip prevencinio metodo, vis dar ginčijamasi (ir pedagogine prasme). Prieštaraujantys klausimai skamba taip:

Kas, kam, ką, kada, kaip gali padėti šiuo švietimu?

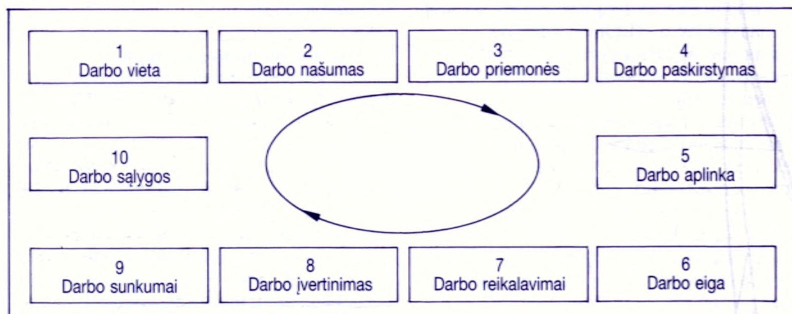
Apskritai seksualumą galima apibendrinti NOVALIO teiginiu:

„Santuokai ir šeimai žmogus pasiruošęs tik tada, kai pats yra laimingas".

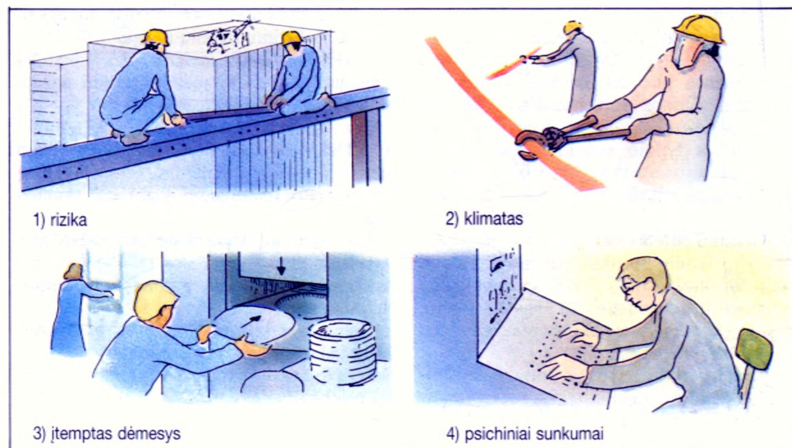
Iš tiesų to turėtų būti tikimasi iš visų, dirbančių psichoterapinį darbą.



A Darbo procesas



B Darbo analizė



C Darbo sunkumai

Taikomosios psichologijos istorija (F. DORSCH, 1963) prasideda nuo XIX a. Viena ankstyviausių jos šakų yra **darbo psichologija**, kurios uždavinys yra tirti ir išnaudoti profesinės veiklos sąlygas. Svarbiausia – gamybinis darbas pagal specialybę.

A Darbo procesas

Vienas iš sunkiausių dalykų gamybiniame darbe yra tai, kad čia darbas labai diferencijuotas. Tiek iš *vertikaliosios* (darbo pasidalijimas pagal rangus), tiek iš *horizontaliosios* struktūros (darbo užduočių pasidalijimas) matyti, kaip sunku apžvelgti įvairius konkrečios įmonės darbus.

Pramonės psichologijai (kuri tiria atskirų gamybos įmonių psichologinius ypatumus, žr. XX, 4) lengviau sekasi sisteminti ne horizontaliąją, o vertikaliąją struktūrą. Pastarąją lemia gamybos užduočių, (pvz., plieno liejyklos, tekstilės arba maisto produktų įmonės) *įvairovė*.

Pagal horizontaliąją struktūrą veiklą geriausia skirstyti atsižvelgiant į *gaminių chronologinį* apdorojimą:

1) *paruošimas* (arba įrengimas; planavimas bei aprūpinimas gamybos priemonėmis),
2) *pirminė gamyba* (pvz., ruošinių gamyba – liejimas, presavimas ir kt.),
3) *apdorojimas* (prieš pradedant konvejerinę gamybą paprastai turi būti atlikti parengiamieji darbai),
4) *konvejerinė gamyba* (pagrindinė pramoninės gamybos forma),
5) *valdymas* (mechanizuota arba automatizuota gamyba valdoma daugiausia elektronika),
6) *montavimas* (kai konvejerinėje gamyboje trūksta tiekėjų pristatomų dalių, jos pagaminamos arba įmontuojamos šiame procese),
7) *kontrolė* (gaminio patikrinimas) ir
8) *išvežimas* (sandėliavimas arba perdavimas užsakovui).

B Darbo analizė

Kad galėtume išsamiai apibūdinti darbą, reikalinga darbų *technologijos kortelė*. Ši 10 dalių kortelė apima visus pagrindinius dėmenis, kurie savo ruožtu irgi gali būti skaidomi.

1) *darbo vieta:* vietos ypatumai (sėdėti, vaikščioti, trumpam palikti vietą, ryšiai su bendradarbiais ir kt.),
2) *darbo našumas:* dalyvavimas (atsakomybė, motyvacija, energijos sąnaudos ir kt.),
3) *darbo priemonės:* materialūs dalykai (medžiagos, mašinos, darbo instrukcijos ir kt.),
4) *darbo paskirstymas:* užduočių išdėstymas (užduotys, eigos planai, laiko limitai, įsipareigojimai ir kt.),
5) *darbo aplinka:* veiklos vieta (darbo erdvės apipavidalinimas, darbo grupės, bendros ar atskiros darbo vietos ir kt.),
6) *darbo eiga:* eigos analizė (produkcijos išleidimo planai, tinkliniai grafikai, priežiūra, akordinis apmokėjimas ir kt.),
7) *darbo reikalavimai:* psichologinės prielaidos, funkcijų paskirstymas, kvalifikacija, klaidų analizė ir kt.,
8) *darbo įvertinimas:* kontroliavimas (rezultatų matavimo sistema, apskaičiavimai ir kt.),
9) *darbo sunkumai:* sunkumų analizė (pavojingumas, dėmesio įtampa, kokybės reikalavimai, nelaimingų atsitikimų analizė ir kt.),
10) *darbo sąlygos:* išorinės prielaidos (užmokestis, priedai, poilsio laikas, darbo vietos saugumas ir kt.).

C Darbo sunkumai

Darbo psichologui šių sunkumų analizė (9 punktas) ypač svarbi dėl darbo saugumo. Pirmiausia jis tikrina 4 svarbiausias sritis, kurios gali būti nelaimingų atsitikimų priežastimi.

1) *Rizikingumą* rodo klaidų *tikimybė*, t. y. kiek gali būti padaryta rimtų klaidų.

Skaičiai labai skirtingi. Statant daugiaaukščius namus katastrofa gali baigtis vienas klaidingas žingsnis.

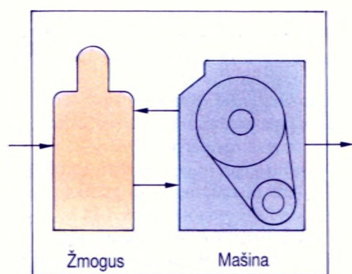
Psichologai stengiasi profilaktiškai sistemingai šalinti nelaimingų atsitikimų priežastis.

2) Itin *sunkios klimato* sąlygos, pvz., Arkties jūrų žvejams; tai gali pakenkti jų sveikatai. Didesnis ar mažesnis šalčio, karščio, drėgmės, užterštumo ir kt. pavojus gresia ne tik kraštutinių profesijų žmonėms.

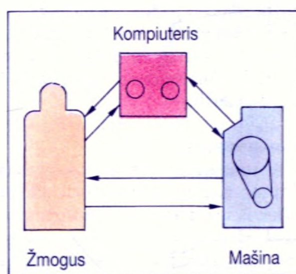
3) *Susikaupti ypač sunku*, kai stiprūs pašaliniai dirgikliai (pvz., triukšmas) ir kartu darbas pavojingas (pvz., galima susižeisti ar sužeisti kitus). Visą laiką būti dėmesingam neįmanoma, dėmesys svyruoja tam tikrais dienos, savaitės ar kt. laikotarpiais).

4) *Psichiniai sunkumai* patiriami ne tik protiniame darbe; fizinis darbas irgi tam tikras informacijos apdorojimas, priklausantis nuo dirbančiojo atsakomybės bei įsitraukimo į darbą.

Po kiekvieno nelaimingo atsitikimo kinta kartojimosi rizika; taigi darbo saugumas (HOYOS, 1980) labai sudėtinga pusiausvyra, kuri gali būti išsaugota tik kiek įmanoma mažinant riziką.

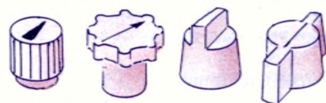


A₁ Sistema žmogus–mašina



A_2 Sistema žmogus–kompiuteris–mašina

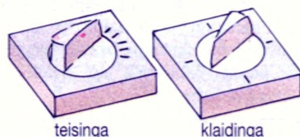
A Sistema žmogus–mašina



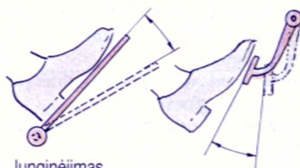
B_1 Pasukamųjų rankenėlių variantai



B_2 Skalių sistema

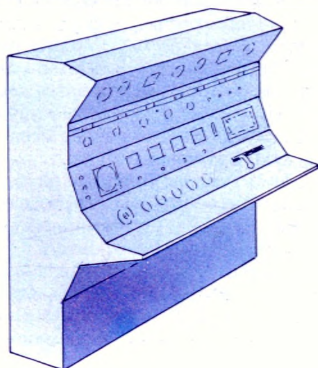


B_3 Skalės dalijimas

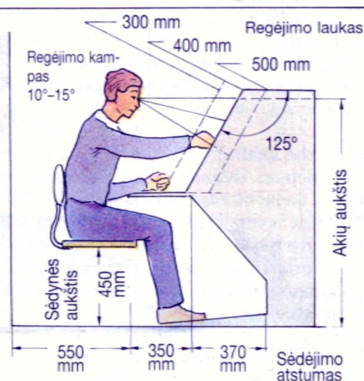


B_4 Junginėjimas

B Instrumentų apipavidalinimas



C_1



C_2

C Darbo vietos apipavidalinimas

Pirmieji darbo saugos įstatymai išleisti 1802 m. Anglijoje (krašte, kur pramonė buvo išvystyta geriausiai), kai prieš karinę tarnybą tikrinant dirbančių jaunuolių sveikatą buvo pastebėta sutrikimų. Vargu ar „Etikos ir sveikatos įstatymas" apsaugo vaikus nuo įdarbinimo.

Ergonomikos sąvoka (iš gr. *ergon* – darbas ir *nomos* – dėsnis), apibūdinanti žmogaus ir mašinos *sąveikos* tyrimus bei panaudojimą, pirmą kartą paminėta 1857 m. lenkų žurnale „Gamta ir pramonė":

„Ji [ergonomika] padės mums savo ir kitų labui geriausiai naudotis šio gyvenimo vaisiais, įdedant mažiausiai pastangų gauti didžiausią pasitenkinimą; tai yra teisinga ir naudinga kitų ir savo pačių atžvilgiu".

A Sistema žmogus–mašina

Seniau, tobulinant mašinas, mažai buvo atsižvelgiama į dirbantį žmogų ir jo pajėgumą. Siekiant geresnių rezultatų darbui buvo atrenkami tinkami žmonės. Tik XX a. pripažinta, kad produktyvumą garantuoja optimalus *abipusis* žmogaus ir mašinos ryšys.

(A_1) Šis santykis nagrinėjamas kaip bendros sistemos aspektas.

Sistemas žmogus–mašina sudaro ne agregatas ir šalia jo esantis žmogus, bet jų vienovė, kurios elementai arba dalys yra *suderinti* ir santykinai *pusiausvirūs;* tokiems procesams būdinga *abipusė priklausomybė* (tarpusavio sąveika), *darna* (sutartinumas) ir *integracija* (persipynimas).

Šių sistemų procesinės dalys yra (duomenų) *įvedimas, apdorojimas* ir *išvedimas.*

(A_2) Nuo to laiko, kai darbininkai beveik liovėsi dirbę rankomis ir daugiausia dirba mašinomis, nes mechanizuotos ir automatizuotos pramonės sąlygomis su gamyba jie palaiko ryšį beveik tik per kompiuterį, ši sistema išplečiama,

atsiranda sistema žmogus–kompiuteris–mašina.

B Instrumentų apipavidalinimas

Ergonomika yra tarpšakinis dalykas, darantis įtaką ir kitoms sritims, pvz.:

inžineriniam techniniam metodų tyrimui, darbo medicinai, pramonės antropologijai ir kt.

Psichologas nagrinėja atskiras sritis, pvz., kokia geriausia instrumentų forma.

(B_1) Cilindrinės rankenėlės, rankenėlės su įkartomis, cilindrinės rankenėlės su sparneliu bei dviem sparneliais (žr. iš kairės į dešinę) turi tam tikrų privalumų ir trūkumų, nelygu ko reikia (pvz., kuo greitesnių ar labai tikslių judesių). Formos privalumai turi būti patikrinti eksperimentu.

(B_2) Rodiklinių prietaisų yra įvairių:

skaitmeniniai (skaičiai), analoginiai (rodyklės) rodikliai, elektroniniai skaitikliai (teigiami ir neigiami skaičiai), rodikliai su stabilia rodykle ir judančia skale, akustiniai ir jungtiniai rodikliai. Pateiktame pavyzdyje turi būti rastas optimalus skalės žingsnis. Kairiajame pavyzdyje jis aiškus, o dešiniajame, nors reikia daugiau jėgų pasukti rodyklę, skalės tikslumas mažesnis.

Optimalus rodiklis turi būti tinkamas perteikti tikrinamus duomenis.

(B_3) Klaidų gali pasitaikyti ir parenkant rankenėlių formas, ir dalijant skales į padalas.

(B_4) Svarbu ne tik kada informacija suvokiama geriausiai, bet ir kaip geriausiai junginėti mechanizmus.

Pvz., pedalai naudojami grubesniam valdymui (kai reikia daugiau jėgos, ilgesnė jungimo grandinė, ne itin tikslus reguliavimas).

Prie grindų pritvirtintus pedalus (kairėje) galima spausti visa pėda, be to, jų veikimo kampas didesnis negu kabančių pedalų (dešinėje), kurie spaudžiami kojos pirštų galais judinant pėdą iš kulkšnies.

C Darbo vietos apipavidalinimas

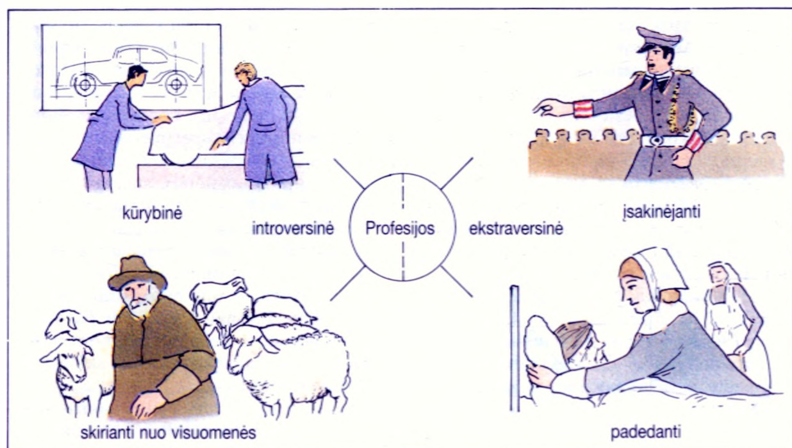
(C_1) Vis dažniau įrengiama darbo vieta su rodikliniais bei valdymo prietaisais vadinama displėjumi.

Čia sudedama daugiau rodiklinių prietaisų (ir elektroninių) taip pat valdymo svertų bei jungiklių.

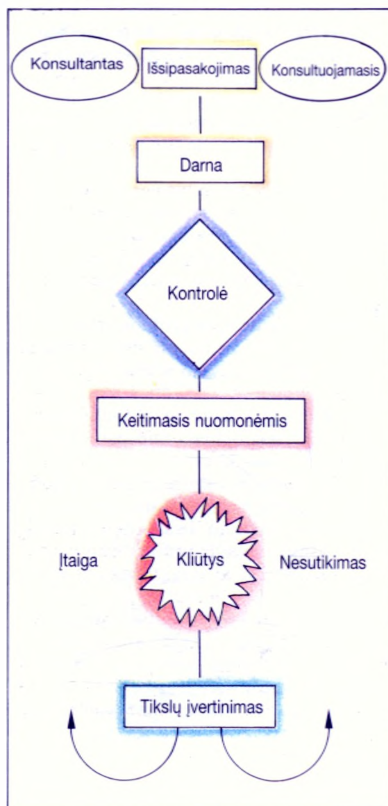
(C_2) Psichologiniais tyrimais bandoma įvertinti akylumo (dėmesio patvarumo) reikalavimus, krūvio kaitą (ilgas neveiklumas ir staiga didelis krūvis), taip pat dirbimą pavieniui ir to įtaką rezultatų motyvacijai.

Ergonomikos požiūriu svarbiausia optimaliai patogiai įrengti šių duomenis rodančių prietaisų displėjus. Čia laikomasi tam tikrų normų (pav. C_2).

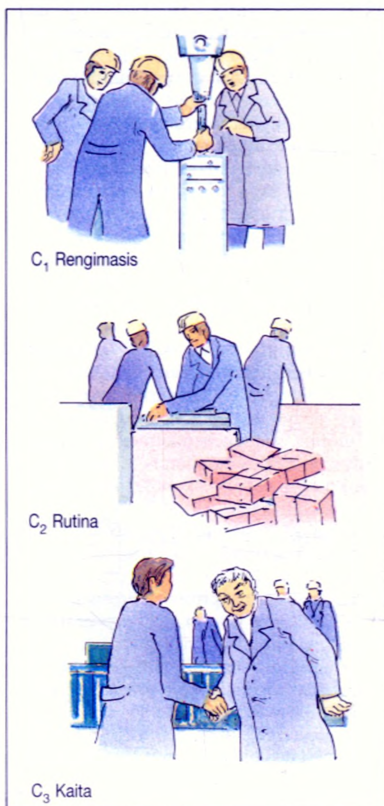
Asmeninis, arba namų, kompiuteris yra akivaizdus pavyzdys, kaip glaudžiai ergonomika yra persipynusi su pramonės planavimu.



A Profesijos pasirinkimas



B Profesinis konsultavimas


C_1 Rengimasis

C_2 Rutina

C_3 Kaita

C Profesijos išgyvenimas

Daugeliui profesija yra „gyvenimo pagrindas" (NIETZSCHE). SCHELSKY (1971) pabrėžia, kad daugumai žmonių profesinė kvalifikacija teikia asmeninį saugumą visuomenėje, o MENNINGERIS (1964) netgi mano, jog žmogus, ilgesnį laiką neužsiimantis profesine veikla, negali būti sveikos psichikos.

Vargu ar su kuria nors gyvenimo sritimi tapatinamasi labiau nei su **profesija.** Deja, profesijos temą psichologija nagrinėja nepakankamai, visų pirma dėl to, kad ji sunkiai suprantama.

A Profesijos pasirinkimas

„Svarbiausią dalyką gyvenime – profesijos pasirinkimą – lemia atsitiktinumas. Tiesiog įprantama būti mūrininku, kareiviu, stogdengiu", –

rašė BLAISE PASCALIS prieš daugiau kaip 300 metų. Todėl jis laikomas įpročio ir atsitiktinumo (profesijos pasirinkimo) teorijų pradininku. CRITESAS (1969) jas vadina neteoriškomis.

Iš tikrųjų profesijos pasirenkamos mėgdžiojant žinomas profesijas (kaip, pvz., mokytojo).

Tačiau profesiniai, kaip ir kitokie, motyvai (plg. XII) retai būna *pavieniai.* Dažniausiai jie sudaro „mišinius" (kaip geologijoje uolienos), kuriuose yra neatskiriamai susipynę.

Pavieniams motyvams galima priskirti *socialinius bei ekonominius* motyvus:

profesijos autoritetingumas, laiko ir vietos sąlygoti vertinimai, pajamų lūkesčiai bei pastangų ir naudos santykis.

Dar stipriau subjektyvi motyvacija susijusi su tariamu (teisingai ar neteisingai vertinamu) *tinkamumu* (TH. SCHARMANN), su gelmių psichologijos aprašomu „pasitenkinimo pakaitalu" (U. MOSER), su savivaizdžiu (D. E. SUPER), kurio vienas iš aspektų yra profesija.

A. ROE (1972) šį aspektą vadina orientacija į profesinius siekius, o ją daugiau ar mažiau išryškina *sprendimo procesas.* Tokios orientacijos išreiškia psichologinius lūkesčius dirbti daugiau *introversinio* arba *ekstraversinio* pobūdžio darbą.

Prie introversinių profesijų galima priskirti tiek *kūrybines* (pasineriama į dalyką), tiek *atskiriančias* nuo visuomenės (apsiribojama savimi).

Ekstraversinė kryptis – *įsakinėjimas* (valdžia) bei *pagalba* (prosocialinis elgesys). Kartais profesiniai siekiai gali atspindėti ir nesuderinamų motyvų darinius.

B Profesinis konsultavimas

Svarbiausias profesinio konsultavimo uždavinys yra išryškinti nesąmoningus motyvus ir juos paversti įgyvendinamais tikslais.

Konsultavimo esmė – konsultuojamojo ir konsultanto *keitimasis nuomonėmis.* Svarbūs tarpiniai žingsniai yra jų lūkesčių *darna* (tapatumas) ir *kliūčių* (konsultanto įtaiga arba konsultuojamojo nesutikimas) pašalinimas.

Tikslų įvertinimas yra grįžtamasis ryšys, t. y. tik permąstęs konsultacijas konsultuojamasis gali imtis savarankiškų sprendimų.

C Profesijos išgyvenimas

(C_1) Pasirinktai profesijai reikia rengtis. Turi pasitvirtinti, ar pasirinkta teisingai.

Dažnai *rengimosi* lūkesčiai ir *praktinis darbas* skiriasi, todėl rizikinga spręsti per greitai.

Kita vertus, įsitikinimas, kad buvo pasirinkta teisingai, yra esminė vėlesnio pasitenkinimo profesija sąlyga. Antraip kyla nemažai gyvenimo problemų.

Netgi kompromisinio pasirinkimo atveju būtina *tapatintis* su profesija.

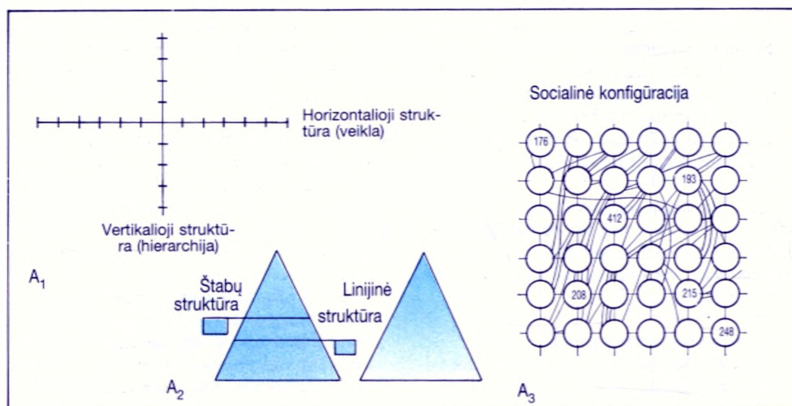
(C_2) Profesinio pasitikėjimo arba pasitikėjimo savimi reikia kiekvienam, kad būtų sušvelninta neišvengiama *rutina,* kuri palengvina profesinę kasdienybę, bet kelia nuobodulį. Atsakant į klausimą, ar sekasi dirbti pagal profesiją, svarbesni dažnai atrodo ne objektyvūs faktai, o jų aiškinimai.

Profesinę kompetenciją rodo ne tik *meistriškumas,* bet ir vietinė *tikrovė* (žr. Pramonės psichologija, XX, 4), *efektyvumo motyvacija* (A. B. WEINERT), noras dirbti, atsakomybė, saviraiška.

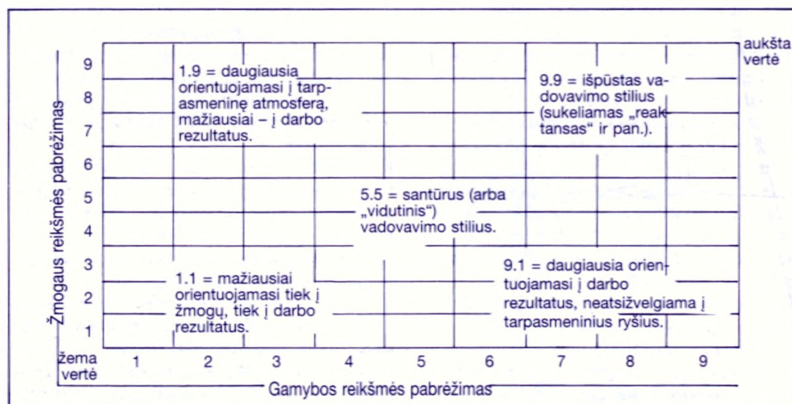
(C_3) Kuo stipriau prisirišama prie profesijos, tuo sunkiau jos *atsisakyti* (išeiti į pensiją, prarasti darbą ar išeiti atostogų).

Vis svarbesnis tampa *profesijos keitimas,* technologijų revoliucijos sąlygomis tai pasitaiko vis dažniau.

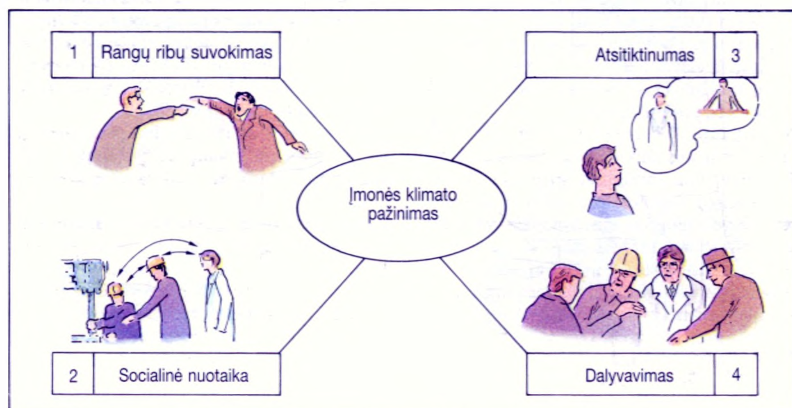
Atsisakius profesijos, reikia rasti, kuo ją pakeisti, kad tai padėtų išgyventi šį praradimą. Dėl to reikšminga tampa laisvalaikio psichologija (žr. XX, 13).



A Įmonių struktūros



B Vadovavimo stiliai



C Įmonės klimatas

Pvz., tekintojo darbas įmonėje A ir įmonėje B gali labai skirtis.

Tokių skirtumų priežastis nagrinėja **pramonės psichologija.** Trys gana plačių temų sritys yra pramonės įmonės struktūros ypatumai bei jų psichologiniai padariniai, viršininkų paskatos ir įmonės klimatas.

A Įmonių struktūros

Visoms įmonėms būdingos 2 pagrindinės struktūros:

vertikalioji struktūra (kolektyvo narių hierarchija) ir

horizontalioji struktūra (darbo paskirstymas).

Šios abi struktūros labai veikia įmonės stilių bei efektyvumą.

Čia svarbūs ne tik ekonominiai ar psichologiniai dalykai, bet ir *ideologiniai* vaizdiniai, nulemti komunizmo ir kapitalizmo politinių sistemų bei įvairiausių jų variantų (pvz., socialinė rinkos ekonomika, arba nepas, – LENINO naujoji ekonominė politika).

Pagaliau visos kryptys priklauso nuo *psichosocialinių organizacijos dėsningumų*, kurių realius poveikius vietinei įmonei galima tirti nepaisant politinių nuostatų.

(A_1) Nagrinėjant *horizontaliąją struktūrą* kyla klausimas, kokią įtaką turi vietinis darbo paskirstymas.

Manoma, kad kuo labiau darbas diferencijuotas (specializuotas), tuo greičiau jis virsta rutina ir tuo mažiau matomas kaip visuma. Norint sustiprinti darbo motyvaciją, svarbu atsižvelgti į abu dalykus.

Labiau diferencijuota *vertikalioji struktūra* rodo, jog dėl darbuotojų kompetencijų tapatumo egzistuoja daugiau rangų:

čia privalumas tas, kad lengviau gaunama informacija.

(A_2) Sukurta daugybė vertikaliosios struktūros gerinimo metodų.

Pavyzdyje pateikta viršininkų ir pavaldinių piramidė (dešinėje) ir vadinamoji *štabų sistema* (kairėje), kuri reiškia, jog iš hierarchijos yra išskirti štabai, turintys ypatingą atsakomybę; paprastai jų darbo motyvacija yra aukštesnė.

(A_3) Horizontalioji struktūra susijusi ne tik su darbo skirstymu, ji veikia ir *persipynusius kolektyvo ryšius* (socialinė konfigūracija).

Sociograma atspindi tiek horizontaliąją (ryšių), tiek vertikaliąją (rangų) struktūras.

B Vadovavimo stiliai

R. R. BLAKE ir J. S. MOUTONAS (1968), remdamiesi *gardelių modeliu*, trumpomis, esmines tendencijas išreiškiančiomis formulėmis perteikė, kaip vadovaujama pramonės įmonėms.

Gali būti labiau pabrėžiama (socialinė) bendradarbių reikšmė (*socialiniai ir emociniai lyderiai*) arba (dalykinė) gamybos reikšmė (*į užduotį orientuoti lyderiai*). Iš 9 pakopų lentelės matyti, kaip šios tendencijos persipina.

E. FIEDLERIS sukūrė MVB (*mažiausiai vertinamo bendradarbio*) skalę, t. y. „kontingento modelį", padedantį įvertinti atstumą tarp vadovo ir prasčiausio bendradarbio.

Didelis atstumas laikomas palankiu rodikliu, kai užduotys griežtai nustatytos, o santykiai su vadovu geri; *mažas* atstumas laikomas nepalankiu, kai pereina į asmeninę simpatiją, ir palankiu, kai rodo, jog vadovas tiesiog siekia gerų santykių su bendradarbiais. Kaip teigia dalinio tikslo teorija, vadovas dažniausiai skiria saviškių (kuriuos vertina palankiai ir ragina bendradarbiauti) pogrupį ir autsaiderių (kuriems vadovauja atsainiai) pogrupį.

C Įmonės klimatas

Darbo produktyvumas krenta ne tik tuomet, kai įmonės patalpose per daug karšta ar šalta, bet ir kai „įkaista" *psichologinis* klimatas. Esminis taikomosios pramonės psichologijos uždavinys yra pažinti įmonės klimatą. Prasto įmonės klimato ypatumai yra šie:

dažni konfliktai, vienos grupės užsisklendžia nuo kitų, atleidžiama daug darbuotojų, darbuotojai dažnai serga, tuščiai leidžia laiką koridoriuose, skleidžiamos paskalos, pritariama klastūnams ir skundikams.

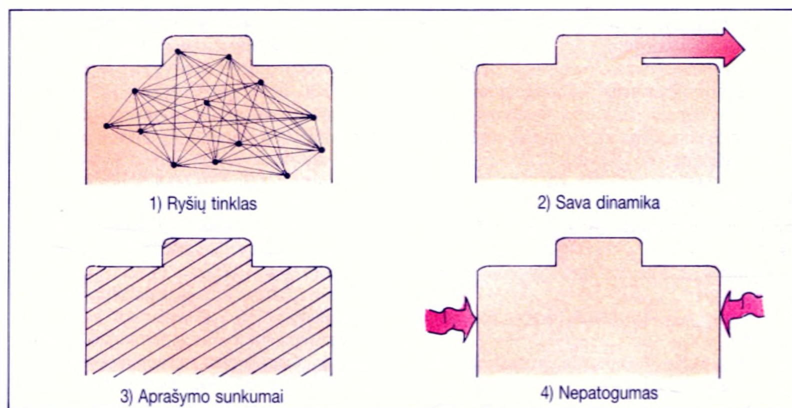
Pozityviai įmonių klimatą galima gerinti sudarant *objektyvias* sąlygas (pvz., lengvinant darbą), geriau *informuojant* darbuotojus, stiprinant *subjektyvų* įmonės patyrimą. Pastarasis dalykas yra svarbiausias įmonių psichologų uždavinys.

1) Mokydami viršininkus psichologai padeda jiems aiškiau *suvokti rangų ribas* (nuslopinti skirtingo rango darbuotojų kivirčus, despotizmą ir kt.).

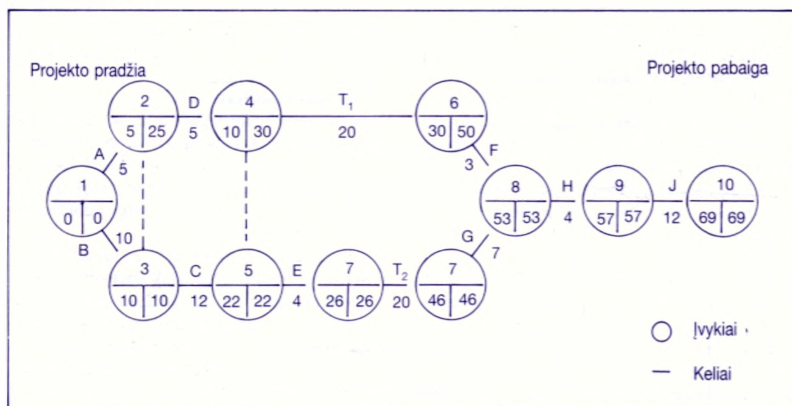
2) Taip, einant iš viršaus į apačią, galima gerinti ir bendrą jausminę būklę, *socialinę nuotaiką*, jei tai suformuluojama, kaip siektinas uždavinys.

3) Tikint *atsitiktinumu* (arba kazualizmu) retkarčiais galima realizuoti įmonėje savo paties troškimus, pvz., būti paaukštintam (pvz., užimti vadovaujančias pareigas pirmiausia savo įmonėje).

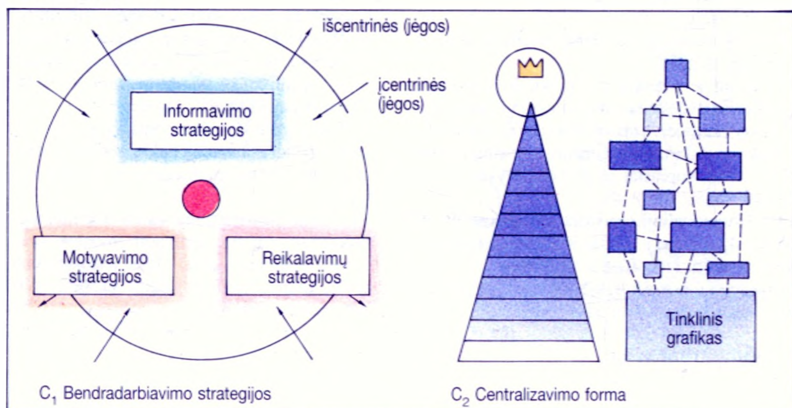
4) *Dalyvavimas* įmonės sprendimų priėmime gali stiprinti atsakomybę už įmonę ir netiesiogiai būti jai naudingas.



A Sistemų ypatybės



B Tinklinis grafikas



C Organizacijų ypatybės

Septintojo dešimtmečio pradžioje JAV Nacionalinė aeronautikos ir kosminės erdvės tyrimo valdyba (NASA) iškėlė uždavinį suburti dešimt tūkstančių firmų taip, kad toks projektas, kaip skrydis į kosmosą, būtų įgyvendintas tiksliai ir laiku.

Tam neužteko iki tol taikytų planavimo metodų, ir, remiantis elektroniniu duomenų apdorojimu, teko išplėtoti naujus būdus. Psichologo, kuris prisideda prie šios įvairius dalykus apimančios **organizacijos planavimo**, uždavinys yra iš anksto išryškinti žmogų kaip veiksnį, pvz., galimus konfliktų židinius, nuovargį.

A Sistemų ypatybės

Didžiąją sistemą, t. y. projektą, arba organizaciją, kurios gausūs dalyviai smulkiai pasidaliję užduotis, vargu ar galima lyginti su maža bendruomene, kurios visi nariai vienas kitą pažįsta. Tiesa, didžiojoje sistemoje veikia tie patys grupės dinamikos dėsningumai (žr. XIV, 9), pvz., konformistinis prisitaikymas. Tačiau reikia atsižvelgti į 4 kokybinius organizacijų (ir bendruomenių) skirtumus.

1) Didžiosios sistemos *ryšių tinklas* rodo, jog reakcijų akstinai yra daugiariopai persipynę. Pavienis jos dalyvis priklauso nuo jam nežinomų jėgų. Taip atsiranda anonimiškumo įspūdis.

Sunkiau yra tapatintis su sistema arba laikytis tos pačios „moralės", kurios laikomasi mažesnėse grupėse.

2) Ryšių tinklu neišsemiamos galimybės sutelkiamos kaip vieninga jėga, kuri pasižymi *sava dinamika*, t. y. kryptingai plėtojasi pagal savo dėsningumus.

Vadovas negali didelės sistemos absoliučiai valdyti, gali tik daugiau ar mažiau veikti jos dinamiką, t. y. ją kreipti.

3) Didžiąją sistemą sunku nagrinėti dėl to, kad jos sudedamųjų dalių ryšių tinklas labai platus.

Neįmanoma išskirti priežasties ir padarinio ryšių.

Todėl tyrinėtojas susiduria su *aprašymo sunkumais*, kurie trukdo atlikti išsamią analizę.

4) Akivaizdu, kad didžioji sistema *nepatogi* ir ją nagrinėti sunkiau nei mažesnes grupes.

B Tinklinis grafikas

Norint didžiąsias sistemas padaryti *paslankias*, reikia kitokių priemonių nei ankstesni įsakymų bei prievartos būdai.

Tokia priemonė yra elektroninis duomenų apdorojimas.

Projektui vadovaujama pagal parengtą planą, kuris programuojamas taip, kad bet kuriuo metu galima sužinoti to momento padėtį, o klaidų šaltiniai (kaip ir paleidžiant raketą) atrandami ir tolesnė eiga stabdoma be žmonių prisidėjimo.

Užduočių kibernetinis ryšio tinklas atitinka *tinklinio grafiko struktūrą* su jo instancijomis (pvz., dalyviai pavaizduoti kaip atskiri blokai) ir žingsniais; atliktos užduotys čia pažymėtos linijomis.

Paprastame pavyzdyje (pav. B) matome projektą, susidedantį tik iš 2 užduočių, kurios savo ruožtu pagal tam tikrus materialinius bei laiko limitus plėtojamos kaip tarpusavyje susijusios atskiros sekos (A, D ir t. t. arba B, C ir t. t.); vėliau jos susijungia (Nr. 8) ir rodo projekto pabaigą (Nr. 10). Skaitmenys apskritimuose rodo aktyvumo lygį.

C Organizacijų ypatybės

Organizacijų psichologija tokius didelius projektus nagrinėja kitaip nei tarpasmenines problemas mažose grupėse. Čia ji sutelkia dėmesį į psichologinių *kliūčių šaltinius*.

Didelės organizacijos pasižymi tiek sutelkiančiomis įcentrinėmis jėgomis (pvz., troškimas vienytis), tiek skiriančiomis išcentrinėmis jėgomis (pvz., varžymasis).

(C_1) Siekiant užkirsti kelią nuolatiniam organizacijos žlugimo pavojui, kad nesuirtų sistema, griebiamasi 3 *vienijimosi strategijų:*

informavimo strategijos (paaiškinami pavedimai, supažindinama su būkle);

motyvavimo strategijos (dalyvaujama planuojant, žadinama atsakomybė);

reikalavimų strategijos (vadovų seminarai, organizacijos narių konsultavimas).

(C_2) Tai neišvengiamai keičia darbo organizavimo formas. Vargu ar dar yra į karalystės valdymą panašių linijinių sistemų; planavimas (projekto kūrimas) pernelyg sudėtingas.

Projektui gali būti vadovaujama tik kai organizacijos forma *decentralizuota*, t. y. kai ją sudaro santykinai savarankiški vienetai, galintys perimti atsakomybę.

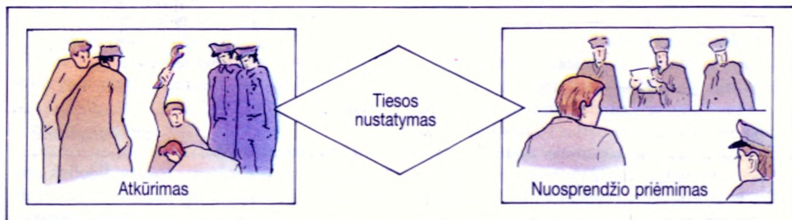
Nenaudojant tinklinių grafikų tokiai formai grėstų susiskaidymas.

Kadangi pavaldumas planui garantuoja stabilumą, keičiasi tik senieji įmonės veiksniai.

Sunkiausiai tą suvokia viršininkai, kurie savo prestižą sieja su asmeniniais potvarkiais. Todėl planavimo psichologų vienas svarbiausių uždavinių yra mokyti vadovus atsižvelgiant į naujas organizacijų ypatybes.



A Nusikaltimų psichologija



B Teismo psichologija

Bausmė

didelė — vidutinė — maža

Bausmė	Elgesys
mirties bausmė	nužudymas
įkalinimas iki gyvos galvos	išdavimas
priverstinis gydymas	nusikaltimas afekto būsenoje
laisvės atėmimas	plėšimas
piniginės baudos	smulki vagystė
	įstatymų pažeidimas
visuomenės boikotavimas	lytinio gyvenimo normų pažeidimas
šalinimasis	neurotiškas elgesys
asmens nuvertinimas	alkoholizmas
skriaudimas	keistumas
atstūmimas	kitokios pažiūros
pašaipa	nesaikingas elgesys
spoksojimas	neįprasta apranga

Elgesys

C_1 Bausmių ribos

C_2 Bausmės suvokimas

C_3 Reabilitacija

C Bausmės atlikimo psichologija

Nedaug yra laikraščių, kurie nenagrinėja teisės psichologijos klausimų. Mėginama aiškintis nusikalstamą veiką: kokie jos motyvai, kas atsakingas, kokią įtaką jai daro situacija; kartais ir tai – ar iš tikrųjų teisiamasis yra kaltininkas.

Teisės psichologijos sąvoka apima tiek *nusikalstamos veikos*, tiek *teismo proceso*, tiek *bausmės atlikimo* psichologiją.

A Nusikaltimų psichologija

Kriminaliniai *romanai* yra labai mėgstami, taigi nusikalstama *veika* plačiai domimasi, ji dažniausiai paslaptinga, susijusi su baimės aistra, galimas daiktas, ir žadina slaptą troškimą pasinaudoti savo nusikalstama galia.

Tyrimai telkiami į 3 pagrindines nusikalstamo veiksmo stadijas.

1) *Nusikaltimo sumanymas* skaidomas į 8 įvairiai persipynusias veikos grupes:

plėšimai, smurtas, lytiniai nusikaltimai, grobimai, grupiniai nusikaltimai (organizuoti įsilaužimai), nusikaltimai valstybei (pvz., terorizmas), eismo nusižengimai ir nusikalstami paklydimai (pvz., nusikaltimai susiję su narkotikais).

Jų motyvacija labai nepastovi. Etiologine prasme (pagal atsiradimo priežastis) galima skirti tokius nusikaltimų motyvus:

asmens *orientacija* (gebėjimai, polinkiai, aplinka ir kt.), *konkretūs* motyvai (kerštas, noras praturtėti, prisitaikyti prie grupės ir kt.), perdėta nusikalstama *energija* (rizikos aistra, nusikaltėlio karjera, veiksmų strategijos ir kt.) ir *dingstis* (situacinės prielaidos, bendrininkavimas ir kt.).

2) Kaip nusikaltimas *įvykdomas*, priklauso nuo situacijos. Nors nusikalstami veiksmai turi bendrų ypatumų, žinomas ir toks dalykas kaip „nusikaltimo braižas", t. y. nusikaltimo būdas.

3) Nusikaltimo *pasekmės* apima rezultatus, poveikius bei grįžtamąjį ryšį,

t. y. tiek sėkmės, tiek nesėkmės efektus (pvz., grobio dydis), tiek grįžtamąjį ryšį (įtaka vėlesnei veiklai, pvz., ruošimasis naujiems nusikaltimams).

Naujesnė teisės psichologijos sritis yra viktimologija – aukos psichologija; jos svarbiausi klausimai: kaip tampama auka (aukos predispozicija), kaip ji elgiasi nusikaltimo metu (nusikaltėlio ir aukos sąveika), kokie nusikaltimo padariniai.

B Teismo psichologija

Alfredas Binet buvo vienas pirmųjų psichologų, 1900 m. įtrauktas į teismo procesą, kad jį psichologiškai įvertintų.

Įvertinimo uždavinys dažniausiai yra nustatyti, kiek galima tikėti nusikaltėlio teikiama informacija (*patikimumas*) ir kiek jis atsakingas už savo veiksmus (*veiksnumas*).

Kai kurie nusikaltimai skirstomi pagal ketinimus, pvz., ar nužudymas tyčinis, ar netyčinis.

Teismo proceso psichologiniai ypatumai, teoriškai dalijami į tokias fazes:

veiksmo eigos *atkūrimas* (įvertinant ir prisiminimo klaidas), *tiesos nustatymas* (tarpinė fazė tarp atkūrimo ir nuosprendžio), *nuosprendžio priėmimas* (atsižvelgiant į tos srities individualios ar visuomeninės teisingumo sampratos ypatumus, t. y. į tai, kokie aspektai pabrėžiami: atpildas, įbauginimas ar pataisa).

C Bausmės atlikimo psichologija

(C_1) Kiekviena bendruomenė (arba kiekviena politinė sistema) savaip įsivaizduoja nederamą socialinį elgesį. Todėl tam tikros bausmės gali būti tiek griežtos, tiek kilniaširdiškos.

Kreivė (pav. C_1) atspindi įprastą nederamo elgesio ir galimos bausmės ryšį.

Pvz., vis ryškiau ima skirtis įstatyminis požiūris į mirties bausmę (t. y. palikti ją ar panaikinti) ir gyventojų nuomonė (procentais).

(C_2) Svarbi teisės psichologijos sritis – nuteistųjų globa. Paprastai kalėjimo psichologų galimybės būna ribotos (diktatoriškose šalyse jie net nepageidaujami).

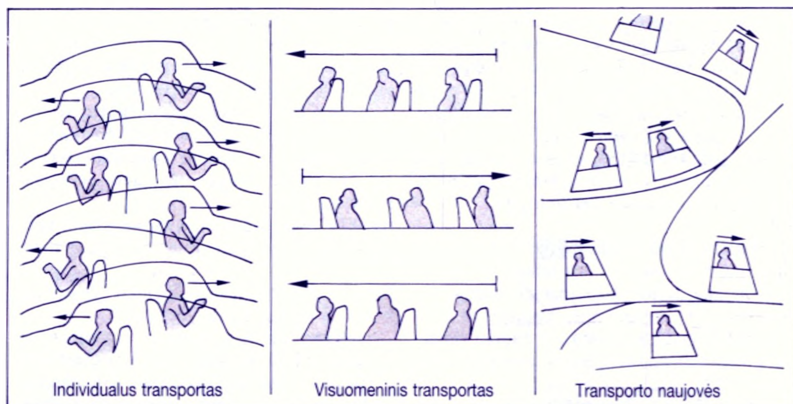
Problemiškas yra galimybių pasitaisyti ir psichinės žalos, kurią daro socialinis atsiribojimas, santykis.

Todėl psichologo uždavinys pirmiausia padėti kaliniams *suvokti bausmę* ir, remiantis klinikine psichologija, mažinti žalą.

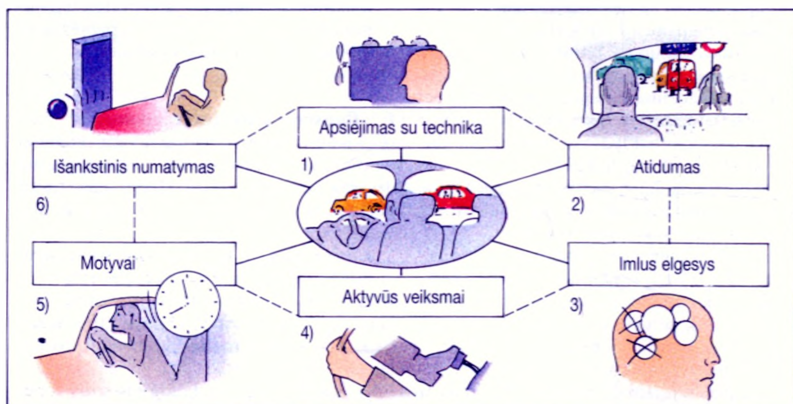
(C_3) *Reabilituoti*, t. y. paruošti į laisvę išleistus kalinius grįžti į visuomenę, pasiseka gana retai.

Kad ši problema neišspręsta, rodo didelis recidyvistų (iš naujo nusikaltusiųjų) procentas.

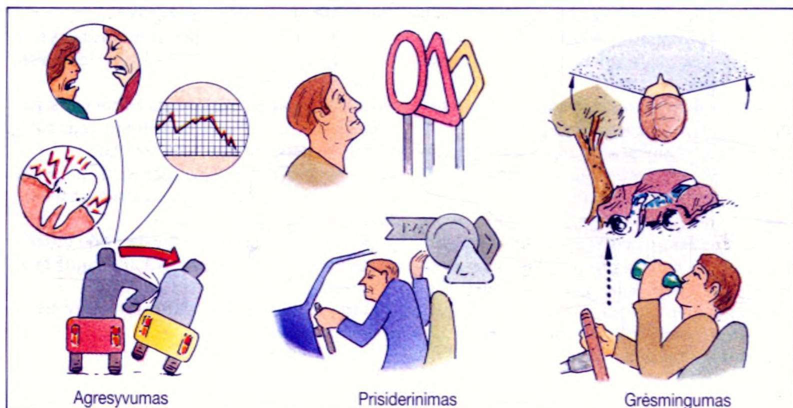
Kalinių reabilitacijai labai priešinasi puoselėjantieji kerštą.



A Transporto priemonių pasirinkimas



B Eismo dalyvio elgesys



C Tinkamas vairavimas

XIX ir XX a. sandūroje atsiradus naujų transporto priemonių (tramvajus, automobilis, lėktuvas), iškilo psichologinis klausimas, kas yra tinkamas jas valdyti. Iš pradžių atrodė, kad atsakyti bus nesunku eksperimentiškai įvertinus reakciją bei greitį. Tačiau paaiškėjo, kad problema sudėtingesnė, nes įvairiose situacijose žmonės reaguoja skirtingai. Taigi teko tirti ir kitas sudedamąsias dalis. Dėl daugybės eismo aukų šiais klausimais užsiimta rimtai.

A Transporto priemonių pasirinkimas

Visuotinis judrumas tapo esminiu XX a. požymiu. Daugelyje šalių dažniausiai pasirenkamas individualus transportas, ypač automobiliai.

Pastaraisiais metais daugelyje šalių, įdiegiant transporto naujoves, stengiamasi susieti individualaus ir visuomeninio transporto privalumus, pvz., atskira automatizuota kabina. Čia svarbūs tokie psichologiniai dalykai kaip važiavimo patogumas bei poreikių tenkinimo galimybės. Važiavimo patogumas priklauso nuo salono talpos, posūkio spindulio bei nuo įsibėgėjimo ir stabdymo ypatumų. Poreikių tenkinimo galimybės siejamos su šių eismo priemonių patogumu, palankia kaina, artumu, saugumu bei greitumu, pvz., vientisa vežimo nuo starto iki tikslo sistema.

B Eismo dalyvio elgesys

Svarbiausias eismo psichologijos uždavinys yra eismo dalyvių elgesio teorinis ir praktinis tyrimas.

Kad būtų pripažintas tinkamu vairuoti transporto priemonę, automobilio vairuotojas turi teisingai atlikti bent 60 operacijų.

Jas galima suskirstyti į 6 svarbiausias grupes.

1) *Apsiėjimas su technika* – naudojimasis valdymo įrengimais:

sankabos jungimas, kuro padavimas, stabdymas ir kt., taip pat variklio tausojimas.

2) *Atidumas*, t. y. gebėjimas iš daugelio dirgiklių išskirti kelis svarbiausius ir nustatyti, kokią bendrą reakciją ir per kiek laiko jie gali sukelti.

Yra žinoma, kad dirgiklių teikiamai informacijai apdoroti smegenyse reikia daugiau laiko (apie 70–300 ms) negu apdoroti periferijoje (įcentrinis ir išcentrinis informacijos apdorojimas trunka apie 1–30 ms).

3) *Imlus* elgesys atspindi psichologinę šio apdorojimo pusę:

visų eismo dalyvių tam tikroje situacijoje suvokimą.

4) *Aktyvūs* veiksmai – tai transporto priemonės valdymas:

valdymo įtaisų naudojimas tikslumui ir greičiui reguliuoti.

5) Nustatyta, kad svarbu yra *motyvai:*

eismo dalyviai daugiau ar mažiau nesąmoningai rizikuoja, tai priklauso nuo jų emocijų (baimė, agresija, menkavertiškumo jausmas ir kt.).

6) Eismo įvykiai labai priklauso nuo *numatymo:*

į gatvę išriedėjus kamuoliui, vairuotojas, gebantis numatyti įvykius, tuoj pat susivoks, jog kitą akimirką gali išbėgti vaikas, ir į tai atsižvelgs.

C Tinkamas vairavimas

Viena reklaminių frazių ragina:

Sugrūsk tigrą į baką.

Motyvų psichologijos požiūriu, taip vairuotojas raginamas ieškoti progos *agresyviai* susijaudinti. Tačiau eismas nėra nei tinkama vieta varžytis, nei priemonė kompensuoti kitur patirtą frustraciją, nors nemažai automobilių vairuotojų tuo piktnaudžiauja.

Kalbant apie tinkamą vairavimą, be agresyvumo, kitas svarbus dalykas yra *prisiderinimas*. Skiriamos 3 prisiderinimo kliūtys:

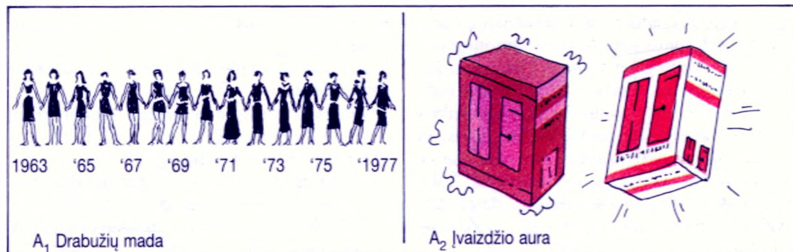
1. Neprisiderina *perdėtai atsargus* vairuotojas: turėdamas pirmumo teisę jis per ilgai delsia, o paskui (įveikęs savo sutrikimą) pradeda važiuoti pačiu nepalankiausiu metu ir rizikuoja susidurti.

2. Neprisiderina ir vairuotojai, *nepakankamai* išmokę eismo taisykles (eismo ženklų pažinimas); kritinėse situacijose jie gali susipainioti.

3. Visai kas kita, kai *sąmoningai* nepaisoma eismo ženklų, pvz., kai vairuotojas elgiasi lengvabūdiškai, ignoruoja taisykles arba mėgina jų nesilaikyti.

Tinkamą vairavimą daug dažniau, nei galima nujausti, trikdo *alkoholio poveikis*. Jau tada, kai alkoholio kiekis kraujuje yra tik 0,6 promilės, kaip pastebėta, reakcija sulėtėja (daugelis, priešingai, mano, jog išgėrę jie vairuoja bent jau ne blogiau).

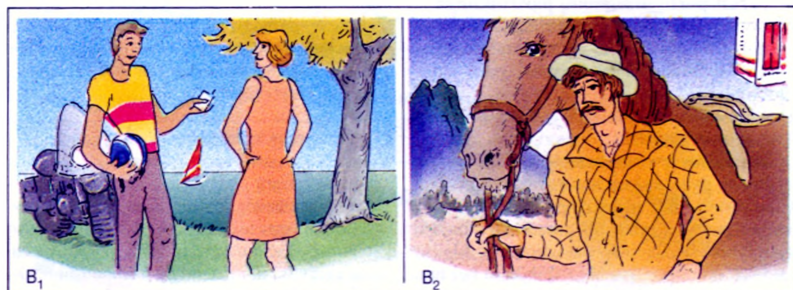
Be to, klaidingai įvertinama rizika (iš dalies pernelyg lėtai važiuojantis vairuotojas ją netgi pervertina): išgėrus susiaurėja akiplotis, nepastebima, kas vyksta už regėjimo akiračio, reaguojama per lėtai arba išgąstingai, elgiamasi pernelyg emocingai.



A_1 Drabužių mada

A_2 Įvaizdžio aura

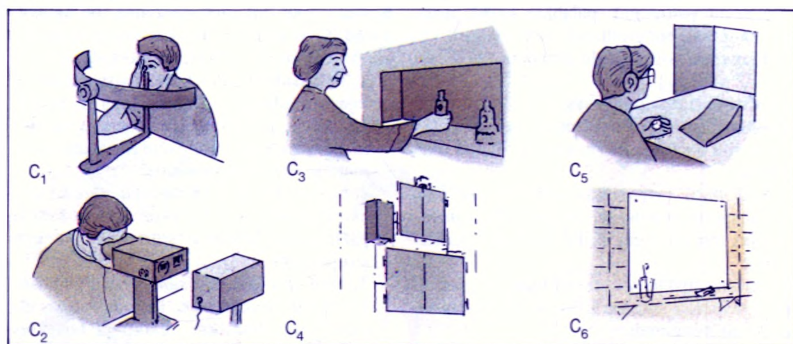
A Gaminių apipavidalinimas



B_1

B_2

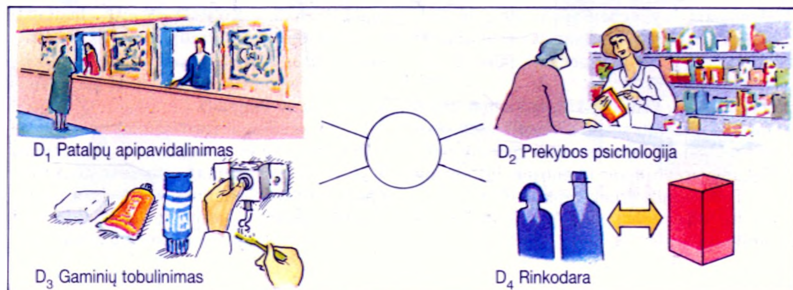
B Įvaizdžio kūrimas



C_1 C_3 C_5

C_2 C_4 C_6

C Rinkos tyrimai



D_1 Patalpų apipavidalinimas

D_2 Prekybos psichologija

D_3 Gaminių tobulinimas

D_4 Rinkodara

D Rinkos psichologija

Ūkio specialistams be galo svarbu tiksliai ir iš anksto žinoti visuomenės lūkesčius, reakcijas, opias vietas ir, priimant sprendimus, į tai atsižvelgti. Turint galvoje gyventojų masę, šie dalykai atrodo visai kitaip nei apibendrinant daugelio atskirų žmonių elgesį. Tai lemia įvairūs sustiprinimo bei grįžtamojo ryšio ypatumai, būdingi masių reakcijai. Taigi, norint atskleisti sudėtingą klientų elgesį, reikia *specialios* psichologijos.

A Gaminių apipavidalinimas

(A_1) Kiekvienam gaminiui suteikiamas tam tikras pavidalas, kuris dažniau ar rečiau keičiamas.

Kas daro įtaką madų pokyčiams, pvz., drabužių ilgio kaitai (pav. A_1) 1963–1977 m.?

Priežastys yra:

bendri poreikiai (pvz., bendras noras keistis – tie patys dalykai įgrįsta),

gamintojų interesai parduoti gaminius (pvz., kad dar tinkamus nešioti, bet išėjusius iš mados drabužius išstumtų nauji),

tam tikro *laikotarpio reiškiniai* (pvz., naujas požiūris į seksualumą arba pakitusios aplinkybės) ir

mados įtvirtinimas (pvz., įžymaus dizainerio ar krypties kūrėjo nauji įtikinami mados metmenys).

Taigi iš tiesų dauguma veiksnių yra grynai psichologiniai. Panašiai yra ir su gaminiais.

(A_2) Visuomenė puoselėja įvairius gaminių įvaizdžius (*įvaizdžių aura*):

Dažnai girdint, jog rūkaliai suserga vėžiu, tamsi cigarečių įpakavimo spalva visų pirma kelia baimę susirgti. Taip neatsitinka, kai įpakavimui naudojamos „sveikos" spalvos (labai dažnai balta arba raudona).

B Įvaizdžio kūrimas

Sistemingai tiriamos (dažniausiai atsitiktinės) asociacijos vėliau taip pat sistemingai naudojamos pastoviam gaminio vaizdui sukurti.

Pvz., jei tam tikrai cigarečių rūšiai norima suteikti *jaunystės* įvaizdį, reklama naudojasi atitinkamais simboliais (B_1). Jei norima sužadinti vyriškumo ambicijas, pasirenkami nuotykių ieškotojų tipai bei nuotykinės situacijos – *drąsos* įvaizdžiai (B_2).

Ilgą laiką derinant tokių vaizdų turinius su gaminiu, pirkėjai susikuria gaminių vaizdinius, atspindinčius jų *trokštamus tikslus*, tai garantuoja ištikimybę šiai gaminių rūšiai.

C Rinkos tyrimai

Prieš įtvirtinant ilgalaikį įvaizdį, privalu įsitikinti, kad jis ilgam garantuos nuolatinius klientus. Todėl reikia atlikti viešosios nuomonės tyrimus ir ilgalaikius eksperimentus. Pastarieji labiausiai atitinka ūkio tvarkymo psichologijos kompetenciją.

Periskopais (C_1) arba stereoskopais (C_2) tikrinamos nesąmoningos asociacijos.

Sekant, kaip paimami daiktai (C_3, C_4 = atvirkščioji pusė) galima stebėti impulsyvius veiksmus.

Paslėpti veidrodžiai (C_5, C_6) įgalina sekti nepastebimai.

Tokie eksperimentiniai įrenginiai naudojami ir norint nustatyti, koks gaminio vaizdinys jau egzistuoja.

D Rinkos psichologija

Eksperimentinė rinkos psichologija yra viena *rinkos psichologijos* sričių; kitos 4 jos sritys yra tokios:

(D_1) *Patalpų apipavidalinimas*, kurio tikslas – kurti nuotaikingas visuomenines patalpas.

Pvz., klientų salė banke turėtų daryti įspūdį, kad čia pinigai laikomi saugiai. To siekiama slopinant triukšmą (kilimai) bei kuriant solidumo įspūdį (pvz., brangios medienos baldai ir kt.).

(D_2) *Prekybos psichologija*, kurios objektas yra pirmiausia pardavėjo ir pirkėjo santykis. Pokalbiai su klientais, kaip socialinės psichologijos reiškiniai, yra subtilios klientų verbavimo priemonės.

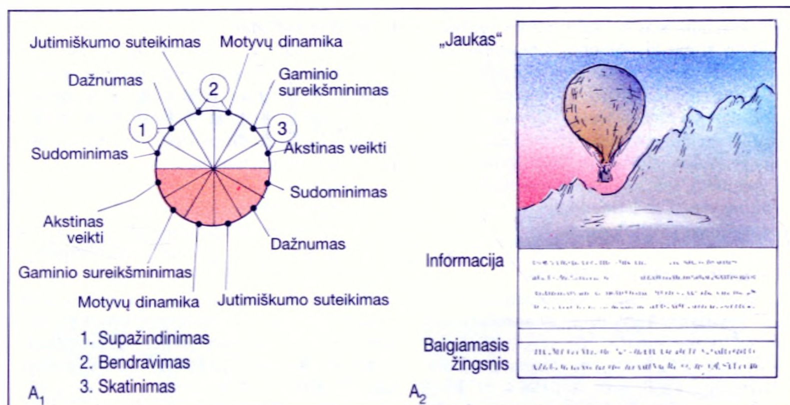
Pardavėjai mokomi, kaip deramai (psichologine prasme) bendrauti su žmonėmis.

Prekybos psichologija apima ir kitus dalykus, tai: pirkimo aktyvumas (pvz., pirkėjo dvejonių išsklaidymas dar prieš užeinant į parduotuvę), pirkėjų skatinimas (pvz., vitrinų dekoravimas, išpardavimas), klientų dalyvavimas (pvz., prisimatavimai, laikraščiai klientams).

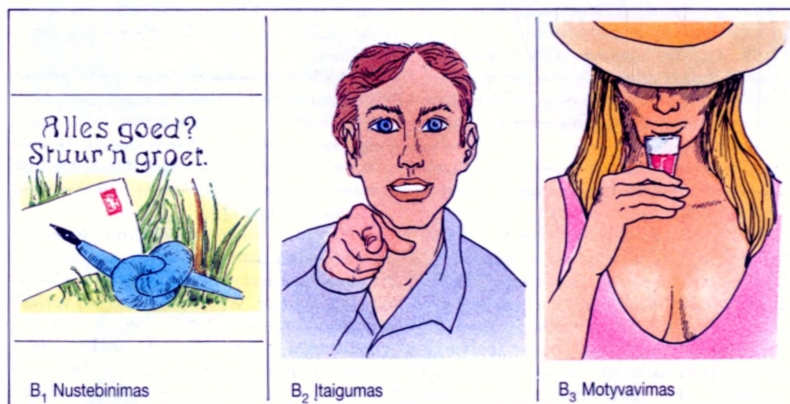
(D_3) *Gaminių tobulinimas* remiantis ne tik minėtu įvaizdžiu. Svarbu ir kaip prekė gali būti geriau naudojama, kaip padaryti ją patogesnę, prieinamesnę ir šitaip neprarasti klientų.

Dabar sunku įsivaizduoti, kad prieš keletą dešimtmečių nebuvo dantų pastos tūbelių ir tekdavo apsieiti dantų valymo milteliais ar dantų muilu.

(D_4) *Rinkodara* siekia apibendrinti visas galimybes, skatinančias gaminių pardavimą. Tačiau rinkodara nėra vien šių priemonių suma, o visų prekybos gerinimo elementų derinys.

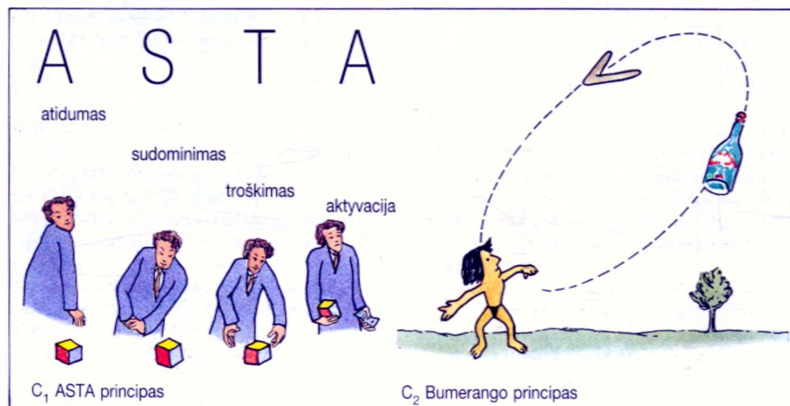


A Reklamos struktūrinimas



B_1 Nustebinimas B_2 Įtaigumas B_3 Motyvavimas

B Reklamos „jaukai“



C_1 ASTA principas C_2 Bumerango principas

C Reklamos principai

Plačioji visuomenė **reklamą** vertina prieštaringai. Ar iš viso reikalingas šis įkyrus neprašytas poveikis?

Atsakome teigiamai.

Prekybininkai verbuodavo pirkėjus jau antikinėje Graikijoje, pvz., po paplūdimio smėlį vaikščiojanti lengvai apsirengusi mergina šūkalodavo skambias reklamines frazes.

Šis pavyzdys išryškina pagrindinį bet kokios reklamos principą:

asmeninė nauda (klientų verbavimas) jungiama su visuomenės interesais (žavios merginos vaizdu).

Tokį bumerango principą (žr. C) taiko ne tik ūkio reklama, bet ir politinė ar pasaulėžiūros propaganda, pagaliau lyčių reklama: vyrai ir moterys savo interesus sieja su svarbiausiais poreikiais (pvz., saugumu, prestižu, kryptingumu).

A Reklamos struktūrinimas

Norint įvertinti reklamos psichologinį veiksmingumą, reikia kelių *veiksmingumo kriterijų*.

(A_1) Profilis kuriamas atsižvelgiant į šešeriopą reikšmės (nuo mažiausiai iki ypač veiksmingos, pvz., labai atstumiantis) stiprumą (pozityvus – viršuje, negatyvus – apačioje).

Trys svarbiausi požymiai (supažindinimas, bendravimas, skatinimas), suskirstyti į du smulkesnius, pateikiami grafiškai. Tai:

a) *sudominimas*,

b) reklamavimo *dažnumas*,

c) *jutimiškumo suteikimas* (išreiškimas vaizdinių kalba),

d) *motyvų dinamika* (visuomenės troškimų panaudojimas),

e) *gaminio sureikšminimas* (gaminys tampa svarbiausiu dalyku),

f) *akstinas veikti* (raginimas pirkti).

Reklamos eksponate (pvz., skelbime) minėti 3 svarbiausi požymiai gali būti išdėstyti įvairiai.

(A_2) Šios schemiškos reklamos jaukas yra oro balionas (jis patraukia dėmesį), be to, pateikta reklaminė informacija (pvz., *pavadinimas*, arba antraštė, susieti su nuorodomis, jog giriamasis gaminys – tikra sėkmė) bei „baigiamasis žingsnis" (raginimas pirkti).

B Reklamos „jaukai"

Privilioti pirkėją yra daug galimybių (žr. A). Pirmiausia vadovaujamasi prielaida (greičiausiai teisinga), kad pirkėjas iš pradžių visai nesidomi produktu, nesmalsauja, nesistengia apie jį sužinoti. Kaip jį sudominti?

(B_1) Dėmesį atkreipia neįprasti ar netikėti dalykai (pvz., mazgu sumegztas parkeris).

(B_2) Viltingai dėmesį atkreipia asmeninis kreipimasis, ypač įtaigus.

(B_3) Tikriausias būdas patraukti dėmesį yra ką nors pavaizduoti (pvz., krūtis).

C Reklamos principai

(C_1) Ankstesnė JAV reklamos psichologija reklamos uždavinį formulavo trumpai:

ASTA: *atidumas, sudominimas, troškimas, aktyvacija.*

(C_2) Vėlesnė reklamos psichologija pagrindines funkcijas dar labiau sutraukė ir suformulavo kaip bumerango paradigmą.

Australijos aborigenai medžiodavo mediniu pjautuvo formos bumerangu, kuris, nepataikęs į auką, grįžta atgal („grįžtanti lazda") ir gali būti metamas vėl.

Šis *grįžtamasis efektas* iliustruoja pagrindinę reklamos intenciją:

lengviau yra pasinaudoti tuo, kas visuomenei ir taip patrauklu, nei sužadinti naujus interesus.

Eksperimentuojant ieškoma naujų interesų, kuriais būtų galima remtis. Juos lengva atpažinti paskatų motyvuose (plg. XII, 10), tai

pamatiniai valgymo, gėrimo, saugumo, dauginimosi, aplinkos, savęs aukštinimo bei saviraiškos poreikiai.

Uždavinys tik vienas – savo gaminį (pvz., gėrimą) susieti su tinkamu pamatiniu poreikiu.

Vienas tokių sužadinančių mechanizmų yra, pvz., „šalta", aprasojusia alaus stikline riedantis lašas, kuris simbolizuoja pirmapradį poreikį – numalšinti troškulį iš šaltinio.

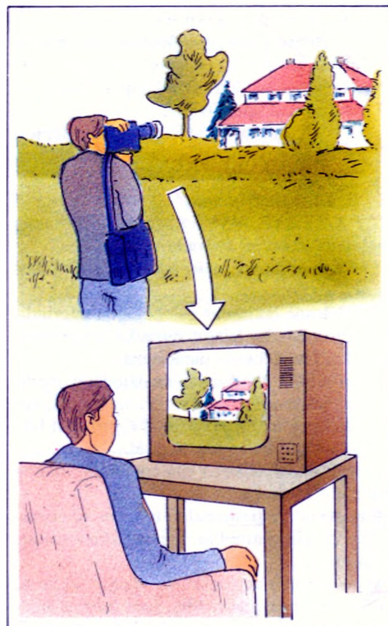
Gaminys ir simbolika turi būti derinami taip, kad stebėtojas juos matytų kaip *vienovę*. Turi būti įteigiama, kad be šio gaminio niekaip neišsiversi.

Siekiama, kad žmogus darytų *nesąmoningą išvadą:*

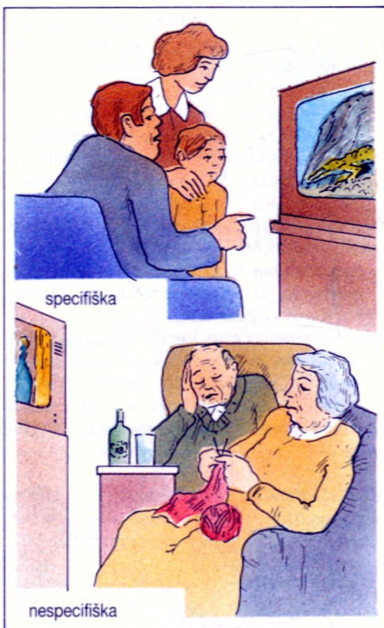
kai kankina troškulys, tuomet... (siūlomas gaminys).

Bumerango efektas gali būti įvairiai keičiamas, todėl dažnai jį nėra lengva pamatyti kaip pagrindinį reklamos principą. EUGENE O'NEILLO pjesėje *pardavėjas* sako:

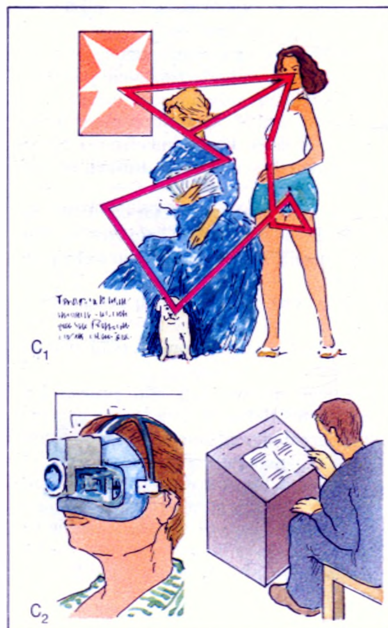
„Man buvo tikras malonumas stebėti savo žmones, nuvokti jų mylimiausias svajones ir elgtis taip, tarsi tikėčiau tuo, kuo jie patys tiki. Tuomet jie tave pamilsta, pasitiki tavimi ir, rodydami dėkingumą, ką nors perka".



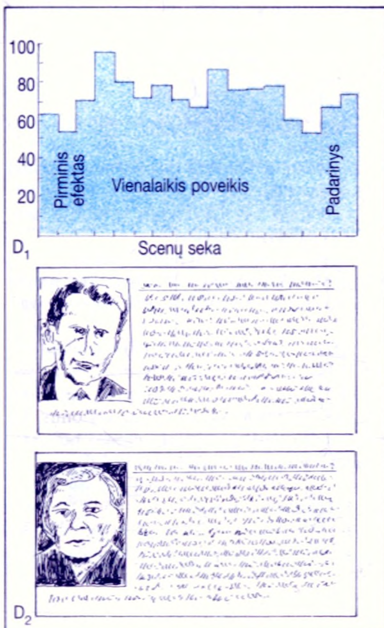
A Televizijos suvokimas



B Žiniasklaidos ir žmogaus sąveika



C Žiniasklaidos tyrimai



D Poveikio tyrimai

Vienos psichologė HILDE HERZOG XX a. 3-iąjį dešimtmetį tyrė, kiek radijo klausytojų yra linkę įsivaizduoti kalbėtoją, kurį pažįsta tik iš garsiakalbio. Šie ir vėlesni tyrimai parodė,

kad klausytojai dažniausiai įsivaizduoja *daugiau*, nei būtų galima objektyviai tikėtis.

Suvokiama ir reaguojama subjektyviai, todėl galima įžvelgti sunkiai apčiuopiamą reiškinį, t. y. kad **žiniasklaida** tikrovę pateikia tarsi per tarpininką, ir todėl ji iš esmės skiriasi nuo savarankiškai patirtos aplinkos.

A Televizijos suvokimas

Kaip skirtingai patiriama *žiniasklaidos* ir *reali* tikrovė, lengviausia pastebėti nagrinėjant televizijos suvokimą.

Nors vaizdas televizoriaus ekrane išgyvenamas tarsi pranokstantis televizoriaus ribas,

ir kitokie gilumos suvokiniai skiriasi nuo realių suvokinių (pvz., dydžių vertinimas),

ne kartą nustembame, kai išvystame ir visai kitaip suvokiame per televiziją matytą gamtovaizdį.

Televizijos suvokimas skiriasi nuo paprasto suvokimo, nes laidos kinta ir išdėstomos kitaip nei gyvenimo įvykiai, be to, susijusios kitokiais prasmės ryšiais: televizijos vaizdai keičiasi greičiau, veikėjai pažįstami kitaip nei realūs asmenys, taip pat televizoriaus žiūrėjimas yra rutinos dalis, aplinka dirbtinai užtamsinta, televizijos vaizdai įrėminti, kitokio dydžio nei realūs, ne tokie plastiški ir plokštesni, be to, ryškesnė regimų ir girdimų elementų konkurencija.

Skiriasi ne tik suvokimo komponentai, bet ir kiti (emocijų, intelekto) „kanalai". Taigi žiniasklaida ilgainiui keičia santykį su aplinka.

B Žiniasklaidos ir žmogaus sąveika

Aukščiau vienpusiškai apibūdintą įtaką reikėtų vertinti kaip *grįžtamojo ryšio procesą*.

Vienais atvejais žiūrovas pasirenka *specifiškai* jį dominančią programą, kitais – norėdamas prasiblaškyti – *nespecifiškai* dominančią laidą.

Tipiška pramogų žiniasklaida (televizija, žurnalai) kursto nespecifinį domėjimąsi nedaugeliu žavinčių temų, kaip

sensacijos, seksualumas, nusikaltimai, įžymybės, skandalai, šventenybės, nuotykiai.

Dėl to realybė perteikiama iškreiptai.

C Žiniasklaidos tyrimai

Žiniasklaidos ir žmogaus sąveika, priklausanti nuo žiniasklaidos pobūdžio (radijas, televizija, laikraščiai, žurnalai, plokštelės ir kt.), išryškina ypatingas tyrimų problemas.

(C_1) Pvz., norint sužinoti, kuri žurnalo viršelio informacija bus suvokta, eksperimentu nustatomas žvilgsnio judėjimas.

Galima nustatyti ir tai, kokią informaciją renkasi arba kuria labiau domisi visuomenė.

Tam naudojami įvairūs tyrimo prietaisai:

(C_2) paprasti skaitymo pultai su juose įrengtais filmavimo aparatais, kuriais per stebėjimo angą galima registruoti žvilgsnio judėjimą, o vėliau tikrinimo lentelėmis nustatyti žvilgsnio sustojimo vietas, žvilgsnio judėjimą filmuojantys aparatai, kurie (žinoma, gana nepatogiai) perteikia tiek akiplotį, tiek tai, į ką užrašytame filme (sprendžiant pagal akių judesius) kreipiama daugiausia dėmesio.

Šitaip galima, pvz., nustatyti, kad viršelio apačioje kairėje pateiktas tekstas (pav. C_1) beveik neskaitomas.

D Poveikio tyrimai

Žiniasklaidos, ypač televizijos, poveikį įvertinti sunku. Ji ne tik skirtingai veikia įvairius žmones, bet ir tą patį žmogų nevienodai.

Paprastai skiriami: informacijos *pateikimo metu* pasireiškiantis (vienalaikis) poveikis, *vėliau* pasireiškiantis poveikis (efektas) ir ilgai išliekantis *padarinys* (pokyčių seka).

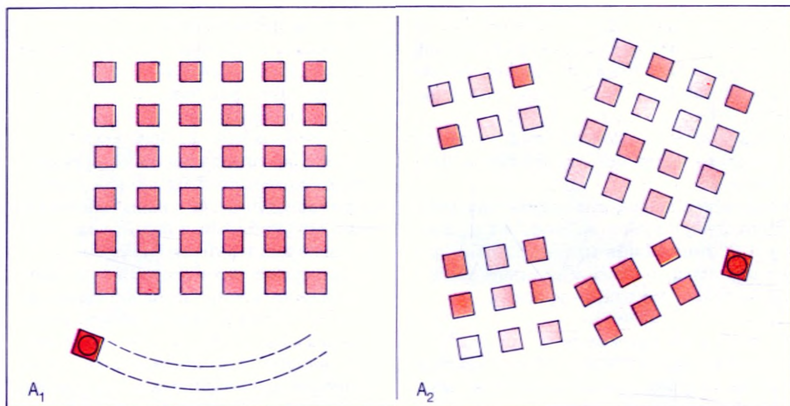
Vienalaikis poveikis dažniausiai yra stipresnis ir teigiamesnis nei po to išryškėjantis efektas; ilgalaikis poveikis, priešingai, dažnai yra nedidelis ir dažniausiai teigiamas. Pasiūlos įvairovė trikdo atskirų dalykų ilgalaikį poveikį (gausi informacija atbukina).

(D_1) Pakopų kreivė vaizduoja, kaip ilgainiui svyruoja pasitenkinimo ar nepasitenkinimo pramogomis vidurkis:

pirminis nusiteikimas (remiantis žiniomis apie ankstesnes laidas) ir *vėlesnis* atsiliepimas, suprantama, yra panašūs. Pasitenkinimas *žiūrint laidą* (vienalaikis poveikis), priešingai, neretai kur kas stipresnis.

(D_2) Eksperimentiniai duomenys renkami naudojantis projekcinėmis nuotraukomis, kai iš ankstesnių tyrimų yra žinomi daugumos gyventojų požiūrio kriterijai.

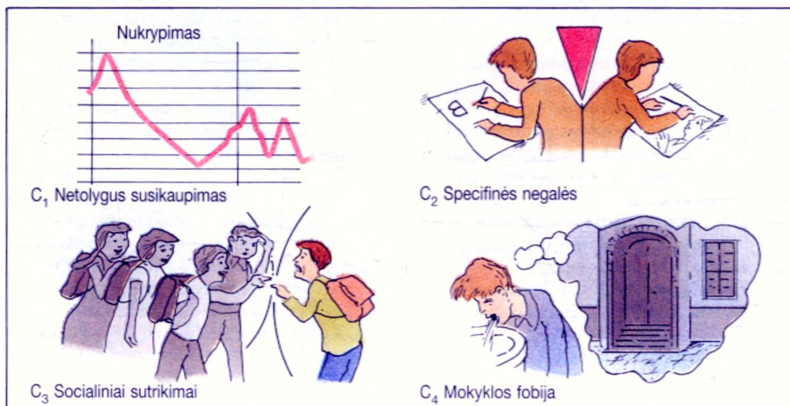
Naudojantis serija tokių retušuotų nuotraukų galima nustatyti, pagal kokius kriterijus yra įprasta lyginti požiūrius.



A Mokytojo ir mokinio santykis



B Sėkmės motyvai



C Mokymosi sutrikimai

Daugumoje šalių yra įstatymais įteisinta, kad mokyklą lankytų visi vaikai (prievartinis švietimas). Tai verčia domėtis mokyklos reikalais.

Diskusijos **pedagoginėje psichologijoje** vyksta tam tikrais klausimais:

pirmiausia bandoma tyrinėti mokinių arba klasės ir mokytojo elgesį.

Praktinė veikla – padėti spręsti mokyklos konfliktus.

A Mokytojo ir mokinio santykis

Individualūs, t. y. pasižymintys nepakartojamais bruožais, yra ne tik mokiniai, bet ir klasės.

Nuo atskiro mokinio klasė skiriasi tuo, kad gali dar įvairiau keistis. Mokytojo asmenybė, kaip šio grupės individualumo grandis, veikia grupės rangų, vaidmenų, normų ypatumus ir emocinę atmosferą.

Lemiama mokytojo įtakos sąlyga yra klasės sutelktumas.

(A_1) Klasei būdinga vienokia ar kitokia grupės dinamika, t. y.

kiekvienas mokinys turi tam tikrą rangą ir vaidmenį, o mokytojo įtaka mokiniams yra, galima sakyti, vienoda.

(A_2) Kitaip yra klasėje, pasidalijusioje į besivaržančias grupes.

Čia mokytojas, norėdamas to ar ne, remiasi atskiromis grupėmis ir tuo didina jų konfliktą.

Susidaro įspūdis, jog mokytojas linkęs elgtis *neteisingai*, ir tipišką nedalykinį mokytojo ir mokinio santykį ima trikdyti privilegijos arba atsiribojimas.

Dažnai, kilus konfliktui, mokyklos psichologo užduotis paaiškinti mokytojui tokius grupės dinamikos mechanizmus.

B Sėkmės motyvai

Tai, kad vyresnioji karta jaunesniąją laiko kvailesne ir tingesne, nėra naujiena. Toks požiūris žinomas iš senovės Egipto šaltinių, kuriems jau ne vienas tūkstantis metų. Viena vertus, tai sąlygoja polinkis matyti savo jaunystę šviesiomis spalvomis, kita vertus, – nuolatinė reikalavimų kaita.

Dabar, kai kompiuterių programų dėka prieinama nauja mokslinė medžiaga, tie reikalavimai ypač dideli.

Sėkmė priklauso nuo įvairių įtakų.

Kas blogo mokymosi priežastimis laiko tik kvailumą ir tingumą, vargu ar galės teisingai įvertinti sėkmės motyvaciją.

Be to, reikia atsižvelgti į 3 svarbius dalykus.

(B_1) Sėkmė ir nesėkmė (pvz., šuoliai į tolį) vertinama tik lyginant su kitų laimėjimais (*socialinis santykinumas*). Ką nors pasiekęs žmogus vienoje grupėje gali būti pirmas, kitoje – paskutinis. Sėkmės išgyvenimai gali būti irgi atsitiktiniai, jei juos lyginame su konkrečios grupės sėkme.

(B_2) Tą patį laimėjimą vienas vadovas vertina kaip būsimos sėkmės pradžią, kitas – kaip menkų gabumų įrodymą. Žmogaus karjerai įtakos gali turėti tai, kaip už tam tikrą sėkmę jis yra drąsinamas (*pastiprinimo lygis*).

(B_3) Bet kokia sėkmė yra santykinė, nes jos siekdamas kiekvienas turi įveikti skirtingus prieštaravimus. Sėkmės kliūtis, pvz., negalę, galima traktuoti įvairiai (arba kaip raginimą jas įveikti, arba pasiduoti likimui) – tai ir yra pedagoginės psichologijos uždavinys (*kliūčių aiškinimas*).

C Mokymosi sutrikimai

Svarbiausias mokyklos psichologo uždavinys yra padėti įveikti mokytis trukdančius psichikos sutrikimus. Paminėtini 4 svarbiausi sutrikimai.

(C_1) *Netolygus susikaupimas*. Pavyzdys rodo, kaip išblaško dėmesį papildoma užduotis.

Gali būti, kad gebėjimas susikaupti buvo ugdytas nepakankamai arba perdėtai. Tam tikrais būdais galima ištaisyti abi klaidas.

(C_2) *Mokymosi negalės*, pvz., rašymo ir skaitymo trūkumai (legastenija) gali išplisti ir į nepakenktų gebėjimų sritis.

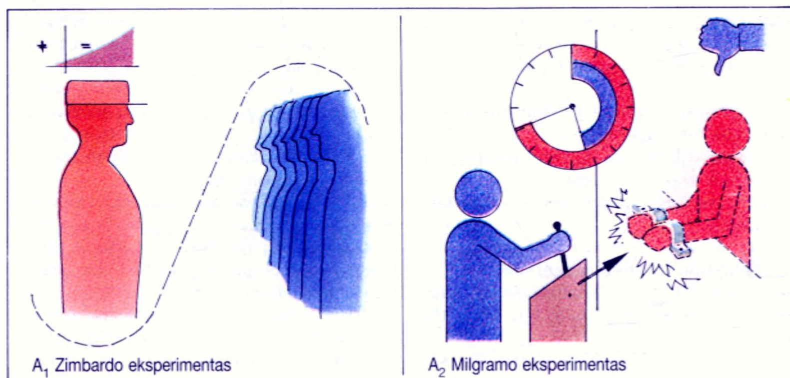
Todėl treniruotėmis siekiama ne tik pašalinti pačius trūkumus, bet ir užkirsti kelią nusivylimui.

(C_3) *Socialiniai sutrikimai* mokykloje nėra retas reiškinys. Mat čia vaikas pirmą kartą gyvenime taip smarkiai susiduria su skirtingais interesais.

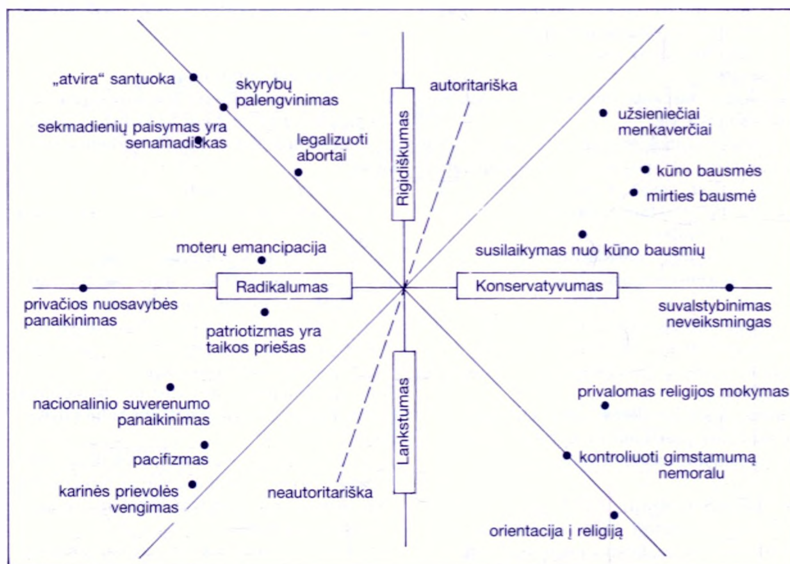
Tai, kaip išmokstama su tuo susitvarkyti, lemia ir vėlesnio jo gyvenimo strategijas. Į šį civilizuotos visuomenės raidos židinį iki šiol kreipiama per mažai dėmesio.

(C_4) *Mokyklos fobija* yra sureikšmintų mokyklos įtampų baimė, skatinanti jų vengti.

Vaikų noras pabėgti nuo mokyklos gali sukelti nesąmoningas kūno reakcijas (pvz., nuolatinis vėmimas rytais), kurias nesupratingi terapeutai gali gydyti tik kaip kūno simptomus. Svarbus mokyklos psichologo uždavinys yra atskleisti kūno ryšius su psichika ir išmokyti naujų elgesio mokykloje formų.



A Politiniai veiksmai



B Politinių nuomonių spektras



C Rinkimų psichologija

Politikos psichologija ypatinga taikomosios psichologijos šaka keleriopu požiūriu. Pirmiausia į akis krenta tai, kad iki šiol ji reiškiasi daugiau *teoriškai* negu praktiškai. Taip yra visų pirma dėl to, kad iškyla politiškai veiklūs žmonės, kurie bendra veikla siekia mažinti įtampas, tačiau menkai geba atlikti politinę analizę. Taigi trūksta išmintingų užsakovų, kurie siektų ne tik trumpam pasinaudoti psichologija (pvz., prieš rinkimus). Kita vertus, reikėtų pripažinti, kad sukurti būdą, kaip numatyti gyventojų politines reakcijas, be galo sudėtinga ir iki šiol nėra pavykę. Tačiau tyrimų medžiagos yra daugiau nei galima pritaikyti politikos praktikai.

A Politiniai veiksmai

Politinių veiksmų kraštutinumus išryškino du garsūs eksperimentai.

(A_1) *Zimbardo eksperimente* (pavadinto tyrimų vadovo P. G. ZIMBARDO vardu) savanoriai studentai buvo padalyti į 2 grupes: belaisvius ir prižiūrėtojus.

Per trumpą laiką abi grupės ėmė elgtis taip, kaip būdinga šiems vaidmenims.

Prižiūrėtojai netgi ėmė kankinti ir išnaudoti belaisvius, todėl eksperimentą reikėjo nutraukti.

(A_2) Garsūs *Milgramo tyrimai* buvo suplanuoti taip: mokinį, kuris tariamai suklydo, apie tai nenusimanantis tiriamasis turėjo nubausti elektrošoku – parinkti didesnę ar mažesnę bausmę nei pasirinktų sau.

„Abiem atvejais šoko, kurį tiriamasis paskyrė, stiprumas ryškiai skyrėsi nuo pačiam tiriamajam priimtino bandomojo šoko stiprumo“ (S. MILGRAM, 1982).

Apibendrindamas autorius kalba apie pavojų žmogui tapti „žiauraus naikinimo bendrininku“. Masių politiniai veiksmai gali daugiau, nei paprastai atrodo.

B Politinių nuomonių spektras

Politiniai požiūriai labai priklauso nuo aplinkos veiksnių.

Pirmiausia yra šeimos, vėliau mokyklos ir ypač mokyklos draugų, laisvalaikio grupių, politinių aplinkybių (konstitucinės tikrovės santykis su konstitucijos reikalavimais) įtaka.

Jauni žmonės linkę laikytis kategoriškų požiūrių, seni – santūrių. Politinių nuomonių reiškėjai, priešingai, ilgainiui neretai savo pozicijas sugriežtina.

J. EYSENCKAS, remdamasis tyrimų rezultatais ir atlikęs jų faktorių analizę, pavaizdavo nuomonių skirtumus: nuomonės lygintos pagal konservatyvumą ir radikalumą, taip pat pagal lankstumą (gebėjimą prisitaikyti prie pokyčių) ir rigidiškumą (atsparumą); pateiktos ir tam tikroms kryptims tipiškos sampratos.

C Rinkimų psichologija

Rinkimai demokratinėse šalyse, žinoma, yra svarbi politinės psichologijos tema.

Viešosios nuomonės tyrėjai įdomiai „sureguliuoja“ nuomonių apklausą: tam tikrų partijų rezultatus padidina keliais procentais. Mat iš patirties žino, kad būsimieji tam tikrų partijų rinkėjai per apklausą vengia drąsiai sakyti, jog balsuos už šią partiją, o renka ją slapta.

(C_1) Akivaizdu, kad rinkimams įtaką daro labai įvairūs motyvai. Greta nuolatinių rinkėjų įprastų sprendimų veikia ir kitokie motyvai:

prieraišumas, asmenybės žavumas, vilties teikimas, dorovinis tapatumas, piktdžiuga arba saugumas, taip pat nepaprastai stiprūs ir intensyvūs, kartais net nuo savęs slepiami asmeninės naudos interesai.

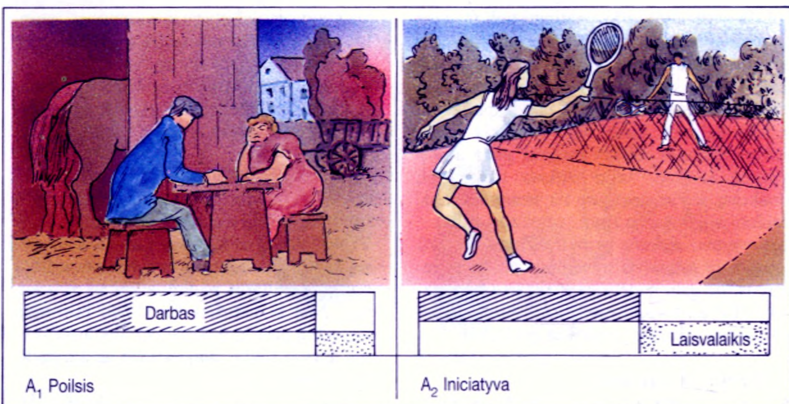
Pavienio rinkėjo ir renkančios visuomenės motyvai ne visuomet dera.

Nepastovi rinkėjų dauguma renkasi ne besąlygiškai, bet „mažesnį blogį“ arba susilaiko dėl užsispyrimo.

Tokį kompromisinį sprendimą vertinti kur kas sunkiau, nes jis labiau paveiktas išorinių veiksnių, labiau atsitiktinis ir mažiau sąmoningas negu bekompromisiško rinkėjo tikslingas valios pareiškimas. Po rinkimų prognozių, netgi atlikus rūpestingą, psichologiškai pagrįstą nuomonių apklausą, rinkimų dalyvių elgesio pokyčiai ne kartą būna stulbinantys – tai sunkiai įžvelgiamos rinkimų motyvacijos rezultatas.

(C_2) Nemažai rinkėjų savo sprendimą pakeičia pakeliui į rinkimus arba prie urnos (C_1), nors iš pradžių atrodė tvirtai apsisprendę. Kai kurie, išvydę rinkimų rezultatus (C_3), gailisi, jog nenorėjo prisidėti prie rinkiminės kovos.

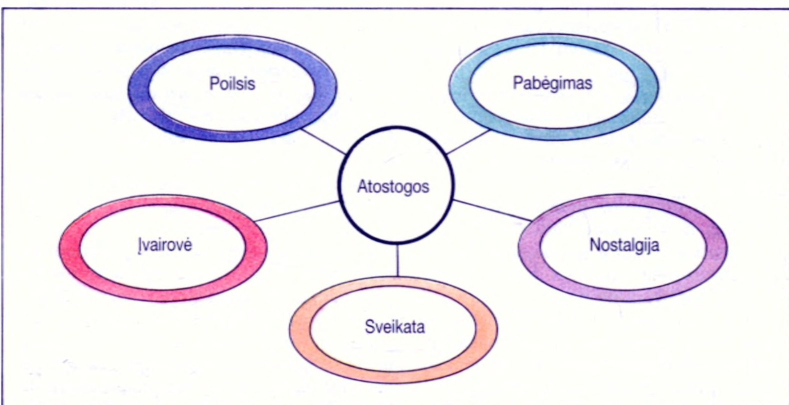
Daugelio žmonių rinkiminiai sprendimai yra kintantis procesas, o ėjimas prie urnos – tik jo akimirka. Jau seniai žinoma, kad rinkėjų elgesys dažnai pasikeičia paskutinę minutę. Gali būti, kad svarbiausios priežastys yra autoriteto spaudimas, nauji akcentai, pažįstamų pavyzdys, užsispyrimas ir panašūs nesąmoningos įtaigos veiksniai. Politikos psichologijai derėtų kreipti dėmesį į šį *procesą*, o ne tik į prie urnos daromus sprendimus.



A_1 Poilsis

A_2 Iniciatyva

A Laisvalaikio leidimas



B Atostogų motyvai



C_1 Perdėtas reiklumas

C_2 Vidinė tuštuma

C_3 Santykių sutrikimai

C Laisvalaikio sutrikimai

Seniau buvo sunku įsivaizduoti, kad dėl gana šykštaus laisvalaikio gali kilti sunkumų. Probleminškas buvo tik noras turėti *daugiau* laisvalaikio. Dabar pats laisvalaikis tapo psichologine problema. **Laisvalaikio psichologija**, kaip nauja taikomosios psichologijos šaka, dar neišbaigta ir turi didelių spragų.

A Laisvalaikio leidimas

Laisvalaikis iš dalies yra *atsvara* (priešingybė) darbo laikui, bet ne tik tai. Kuo mažiau darbas reikalauja laiko ir fizinių pastangų, tuo mažiau (ir motyvacijos psichologijos prasme) nuo jo priklauso laisvalaikis.

(A_1) Laisvas laikas po darbo dienos, pvz., kaime pirmiausia būdavo *poilsis* po sunkaus darbo.

(A_2) Dabar vakarais eiti į kiną ar žaisti tenisą greičiau yra po darbo reiškiama *iniciatyva*, nes darbas menkai paliečia žmogaus Aš.

Laisvalaikis kaip veiklos skatinimas naudojamas patenkinti sielos poreikius. Dėl to stipriau išryškėja laisvalaikio grupių skirtumai. Laisvalaikis po darbo dienos ir savaitgalio (sekmadienio) laisvalaikis jau nėra tapatūs; kiekvienas iš jų žmogui reiškia skirtingus dalykus. Tai ypač pabrėžtina kalbant apie trečiąją laisvalaikio rūšį, t. y. atostogas.

B Atostogų motyvai

Šalys jau kuris laikas yra pasidalijusios į atostogaujančias ir neatostogaujančias (riboto atostogavimo). Šis skirtumas susijęs su pramonės išsivystymo lygiu, bet nėra su juo tapatus.

Kai kuriose išvystytos pramonės šalyse atostogų kelionės paplitusios kur kas labiau nei kitose, kurių pramonė panašaus lygio.

Tai priklauso ir nuo psichologinių tautos savybių: didesnį aktyvumą atspindi didesnis judrumas. Galima skirti 5 atostogų motyvų grupes.

1) Atostogavimo pagrindas, aišku, yra *poilsis*, jėgų kaupimas, tačiau dažnai šis motyvas tampa uždanga, slepiančia kitokią motyvaciją; kaip „naudingesnis" (palyginti su darbu) jis iškeliamas į pirmą vietą.

2) *Pabėgimas* nuo kasdienybės įsipareigojimų (eskapizmas) kur kas rečiau atskleidžiamas, nes tuomet reikėtų pripažinti, jog nuvertinamos kitos gyvenimo situacijos.

3) Svarbus atostogų motyvas *įvairovė*, išgyvenimų gausa, informacijos kaupimas, socialinių ryšių plėtimas, nuotykiai, pomėgių realizacija; čia norai atsiskleidžia plačiausiai.

4) *Sveikatos motyvai* reiškiasi kaip jaudinanti veikla (pvz., alpinizmas) arba kaip poilsis (kaip 1-oji motyvų grupė, pvz., maudymosi atostogos). Šis motyvas retai yra vienintelis, dažniau jis papildo kitus.

5) *Nostalgijos motyvai* susiję su noru pakartoti buvusius įvykius, pvz., apsilankyti gimtinėje arba ankstesnėje atostogų vietoje.

Šios 5 grupės yra neatskiriamos; konkreti atostogavimo motyvacija yra dažniausiai jų visų (taip pat ir laiko) variacijų sampyna.

C Laisvalaikio sutrikimai

(C_1) Kai padaugėjo laisvalaikio, išryškėjo ir jo negatyvi pusė. Akivaizdžiausia (be aplinkos teršimo) yra tai, jog per atostogas *padidėja rizika*.

Labai daug atostogautojų reikalauja iš savęs daugiau negu linkę ir geba daryti kasdien.

Rizikingiau planuojama pati *išvyka atostogauti* (perdėtas reiklumas).

(C_2) Atostogaudami žmonės stengiasi pavyti tai, ką, kaip mano, yra praleidę būdami kitur. Daugelio atostogavimo vietų klimatas yra neįprastas, ir tas pasikeitimas nepakankamai įvertinamas (pvz., kraštutiniu atveju kyla „tropikų įniršis").

Kita vertus, atsiskleidžia asmens *vidinė tuštuma*, pasireiškianti kaip atostogų nuobodulys (kurio, pvz., bandoma atsikratyti skaitant kriminalinius romanus).

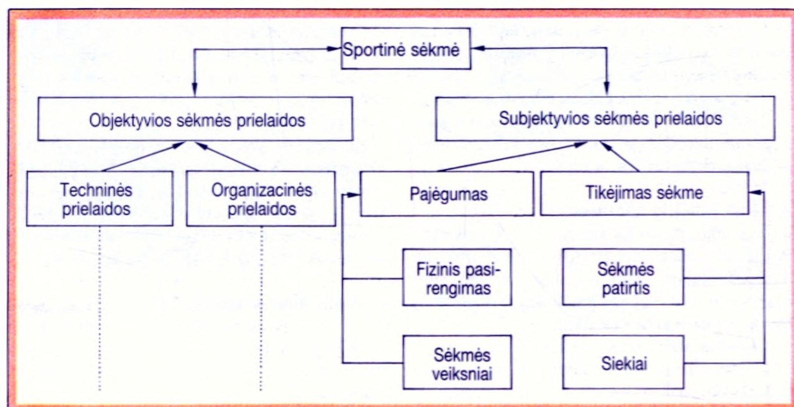
Čia, žinoma, padeda atostogų pramogos ir nauja pramogininko profesija. Pramogininkas turi išmanyti, kaip sužadinti kiekvieno individo labai skirtingą saviraišką.

(C_3) Kitų pažinimo klaidų atsiranda skubant lyginti kultūras, savąją laikant atskaitos tašku.

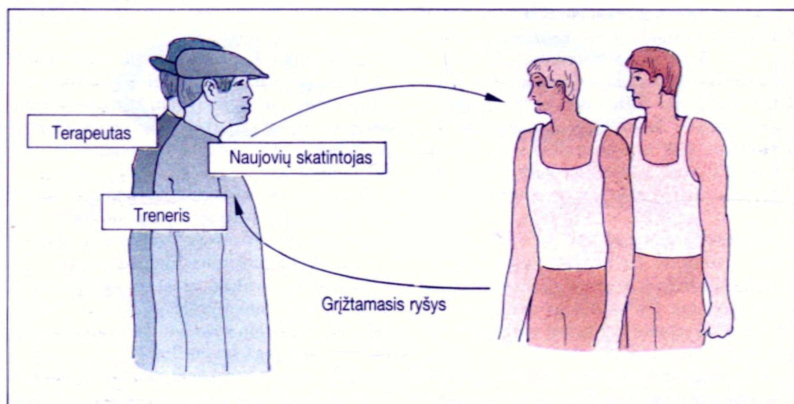
Per atostogas gali išryškėti užmaskuoti (neatpažinti) *santykių sutrikimai*. Aiškiau yra pažįstamas partnerio kitoniškumas.

Reikėtų pridurti, jog padėtį sunkina dar ir tai, kad staiga pasikeičia socialiniai vaidmenys arba įprasti vaidmenys nebetinka.

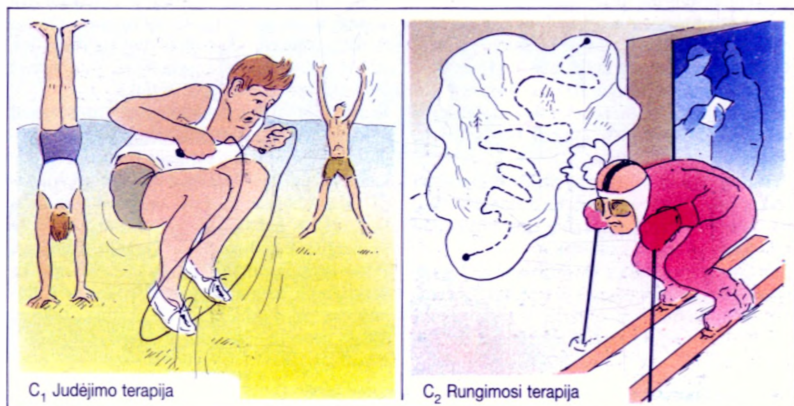
Kraštutiniu atveju nemokėjimas atostogauti virsta atostogų fobija, t. y. slapta atostogų baime, kuri gali reikštis sunkiais fiziniais sutrikimais. Jei prasmės ieškoma tik darbe (kaip daro „darboholikai"), laisvalaikis vertinamas kaip tuščias laikas, žmogus nežino, ko griebtis netgi sekmadieniais ar švenčių dienomis. Prasmingą galimybę užsiimti savarankiška veikla arba patirti laisvalaikį pakeičia kaltės jausmas dėl dykinėjimo; tai skatina „sekmadienio neurozę" (slogutis ir fizinė įtampa).



A Sportinė sėkmė



B Treniruotės



C_1 Judėjimo terapija

C_2 Rungimosi terapija

C Sporto terapija

Noromis ar nenoromis **sportuojame** kiekvienas. Psichologiniu požiūriu sportas yra labai įvairialypis reiškinys.

Žmogui tai gali būti natūrali veikla arba džiaugsmą kelianti fizinė išraiška, o kraštutiniu atveju ir priemonė įveikti varžovą.

Didelis klausimas, ar šie abu dalykai kuo nors psichologiškai susiję, tačiau sporto psichologija daugelį sporto aspektų siekia sujungti į vientisus teorinius modelius.

A Sportinė sėkmė

Jei nekreipsime dėmesio į motyvaciją bei kitas prielaidas, galime teigti, jog sportas pirmiausia yra (daugiau ar mažiau savanoriška) kūno veikla. Jos pagrindas yra jau motinos kūne išmokti laikysenos ir padėties refleksai, kurių dėka gimęs kūdikis vis geriau įvaldo galūnes, galvą, liemenį, ir tai teikia jam daug džiaugsmo. Remiantis šiuo natūraliu pagrindu, kūno veikla gali būti išplečiama ir virsti sportinės sėkmės siekimu.

Reikėtų skirti *objektyvias* ir *subjektyvias* sėkmės prielaidas. Pastarosios yra svarbi sporto psichologijos sritis.

Pajėgumą lemia fiziologinės prielaidos (pvz., šuolį į aukštį – ūgis); jų visuma atspindi bendras kūno galimybes, arba *fizinį pasirengimą*. Jei čia dar įtrauksime ir su situacija susijusius *sėkmės veiksnius*, turėsime fiziologinę sėkmės ir jos prielaidų grandinę. *Tikėjimas sėkme* ne mažiau svarbus psichologinis veiksnys. *Sėkmės patirtis* jungia ankstesnius sėkmės ir nesėkmės išgyvenimus ir tai, kaip su jais buvo tvarkomasi, taip pat lūkesčius, susijusius su savimi ir varžovais, bei socialinės, psichologinės sportinių grupių dinamikos patirtis. *Siekiai* kiekvieną kartą atspindi tam tikrus siektinus tikslus, kuriuos lemia tikrieji sėkmės motyvai.

Kiekvienos sporto rūšies sportinės sėkmės prielaidos skiriasi. Skirtumai atitinka sporto šakų tipus:

1) tiesiogiai nesirungiama, t. y. tariamai rungiamasi su savimi „viešos vienatvės" sąlygomis (pvz., sportinė gimnastika);

2) rungiamasi tiesiogiai, t. y. stengiamasi įveikti varžovą (pvz., imtynės);

3) sėkmės siekiama lygiagrečiai, t. y. komanda sutelkia pastangas, į kurias reaguoja varžovai (pvz., futbolas);

4) žaidžiama nesirungiant, tai panašu į žaidimą (žr. XIX, 15).

B Treniruotės

Norint pozityviai veikti sportinę sėkmę, reikia, kad *grįžtamojo ryšio* grandinės (žr. B) būtų nutrauktos ir sustiprintos ten, kur yra trūkumų.

Jei, pvz., manoma, kad slopinami siekiai, žmogus gali būti skatinamas juos nuolat (ir atsargiai) stiprinti. Čia galima naudotis elgesio terapijos (XIX, 5, 6), ypač įgūdžių treniravimo, metodais.

Treneris yra tiek *naujovių skatintojas* (raginantis kelti siektinus asmeninius tikslus), tiek *terapeutas* (kai iškyla psichologinių kliūčių).

Treneris ir sėkmės siekėjas yra susieti sėkmės grįžtamojo ryšio grandine, t. y. jų įsivaizduojami tikslai neturėtų vienas nuo kito nutolti.

Sukurti tokią darną sunku; daugelis trenerių to nesupranta ir greičiau bando kontroliuoti.

C Sporto terapija

Sportas svarbus ne tik kaip kūno saviraiška; jis susijęs ir su psichoterapija. Viena vertus, sportas taikomas kaip *terapijos priemonė*, kita vertus, rekordininkui neretai reikia psichoterapeuto *priežiūros*.

(C_1) Sportas, kaip kūno terapijos priemonė, turi panašumų su *judėjimo terapija*, kuri pradėta taikyti prieš daugelį šimtmečių.

Pvz., kinų šešėlių boksas (Tai Chi Chuan) ir kova kardais (Tai Chi Chian) kilo iš budizmo ritualų, o dabar plinta visame pasaulyje.

Įvairios judėjimo terapijos formos daugiausia remiasi *katarsiu*, kurį jau antikinėje Graikijoje ASKLEPIJAS taikė kaip gydomąją ekstazę. Buvo manoma, kad *raiškūs* išgyvenimai gali išlaisvinti nuo nematomo vidinio sąstingio.

(C_2) Per varžybas rekordininkas patiria stiprų *stresą*

tiek siekdamas užsibrėžtu laiku pasiekti rekordą, nes yra veikiamas perdėtų artimiausios aplinkos bei visuomenės lūkesčių, tiek bijodamas žlugdančio pralaimėjimo.

Žiniasklaida dažnai negailestingai skatina jaunuolius tapatintis su sportininkais, ir dėl to neretai kyla masinės isterijos. Siekiant išvengti šio tapatumo triukšmo, griebiamasi, pvz., *streso skiepų* (*skiepijamoji treniruotė*; MEICHENBAUM, 1977); tai 4 fazės stresui įveikti:

supažindinimas su tikėtino streso mechanizmais,

konfrontacija ir mokymas įveikti stresorių,

nepasidavimas jausmui, kad esi nugalėtas,

saviraiškos gebėjimų stiprinimas.



Nacionaliniai valgymo įpročiai

A Bendri gyvenimo būdo bruožai



1) Elgesys



2) Didesni siekiai

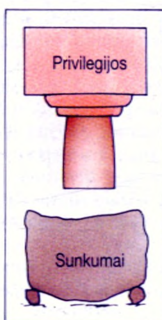


3) Papročiai

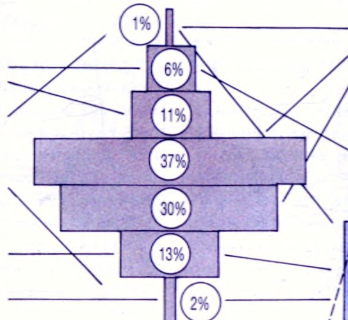


4) Tradicijos

B Poelgių vertinimai



Kovalentinis pasiskirstymas



Socialiniai sluoksniai



Pasiskirstymas pagal išsilavinimą

C Visuomenės sluoksniai

Paskutiniame skyriuje nagrinėjamos svarbios žmogaus laimėjimų temos. Sąvokos **kultūra** ir **civilizacija** įvairiose kalbose vartojamos skirtingai.

Tiek kasdienių poreikių didėjimą apibūdinančioms (civilizacija), tiek aukščiausių emocinių ir kognityvinių laimėjimų (kultūra) temoms bendra laipsniškas tobulėjimas.

Neįmanoma nustatyti civilizacijos sričių ribų, nes ji galų gale apima visą gyvenimą. Civilizacijos ir kultūros ypatumai yra tiek atskiro žmogaus, tiek didesnių vienetų, kaip nacijos ar tautinės grupės, reikalas. Apibendrintai galima nagrinėti (A) bendrus gyvenimo būdo bruožus, (B) poelgių vertinimus ir (C) visuomenės sluoksnius.

A Bendri gyvenimo būdo bruožai

Gyventi mokomasi (daugiau ar mažiau sąmoningai) iš aplinkinių. Veikaluose „Lyginamieji civilizacijos ir kultūros tyrimai", „Tautų psichologija" (pastaroji pavadinta pagal W. WUNDTO 10 tomų monumentalų kūrinį) buvo apžvelgtas bendrų pamatinių lūkesčių (valgymo, gėrimo, būsto ir kt.) skersinis pjūvis.

Keliaudamas mokslininkas, kaip ir turistas, gali patirti didelius tautų skirtumus.

Nėra didesnės klaidos, kaip savo šalies civilizacijos įpročius laikyti kriterijumi kitai šaliai, taip pat savo mastelį primesti kitiems.

Švaros poreikiai, būsto patogumas, valgymo ypatumai yra toks pastovus elgesio repertuaras, kad jo keitimas kitose šalyse gali sukelti susvetimėjimą, pasipriešinimą, netgi priešiškumą.

Pvz., kiekviena šalis turi savo supratimą, kaip „reikia" *valgyti*, ir šiuos civilizacijos skirtumus privalu gerbti.

Pokyčiai yra galimi, bet jiems reikia daug laiko.

B Poelgių vertinimai

Visos didesnės socialinės grupės (visuomenės sluoksniai, tautos, pasaulio dalių gyventojai) per šimtmečius išsiugdė svarbiausių socialinių *poelgių vertinimus*,

t. y. nerašytus įstatymus, kurių reikia laikytis norint bent iš dalies priklausyti visuomenei.

Visi kartu jie sudaro tam tikrą hierarchiją, kurioje vertybės (kaip sąžiningumas, mandagumas, punktualumas, žodžio laikymasis, taktiškumas, rūpestingumas bei daugelis kitų naudingų bruožų, dorovės normos, etiniai reikalavimai) nėra griežtai struktūruotos, tačiau aiškiai išdėstytos pagal prioritetus, kuriuos lemia socialiniai kriterijai bei mada (*vidiniai ir išoriniai* elementai).

Šią sunkiai apžvelgiamą ir įsidėmimą vertinimų (HERZOG, 1984) įvairovę galima suskirstyti į 4 dideles sritis.

1) *Elgesys* atspindi sutartinių normų visumą.

Jau mažas vaikas pavyzdžiu, įtikinėjimu ir prievarta mokomas, kaip elgtis, pvz., su kitais žmonėmis.

2) *Didesniems siekiams* pritariama, kai žmogus juda į priekį vidutinėmis pastangomis.

Visuomenė *boikotuoja* arba *apdovanoja* prasimušėlius (lenkiančius automobilių vairuotojus, profesinės karjeros varžovus, naująjį elitą ir kt.) ir atitinkamai elgiasi su savo pozicijas prarandančiais žmonėmis.

3) *Papročiai* yra visuomenės savęs apdovanojimas, pvz., tam tikros šventės ir jų apipavidalinimas.

4) *Tradicijos* (arba jų griovimas) išreiškia poelgių vertinimų, atspindinčių tam tikro laikotarpio stilių, patvarumą.

Kiekvienu laikotarpiu pirmenybė teikiama ir tam tikroms jam būdingoms laimės teorijoms.

C Visuomenės sluoksniai

Apie nacijos kultūrinę padėtį galima spręsti (remiantis ir kitais vertinimo kriterijais) pagal kelis svarbiausius požymius. Pav. C viduryje pavaizduoti išsivysčiusios pramonės nacijoms tipiški *socialiniai sluoksniai:*

aukščiausias sluoksnis, vidutinis sluoksnis (aukštesnis, vidutinis, žemutinis posluoksniai), žemiausias sluoksnis (aukštesnis, žemutinis posluoksniai), visuomenės atstumtieji.

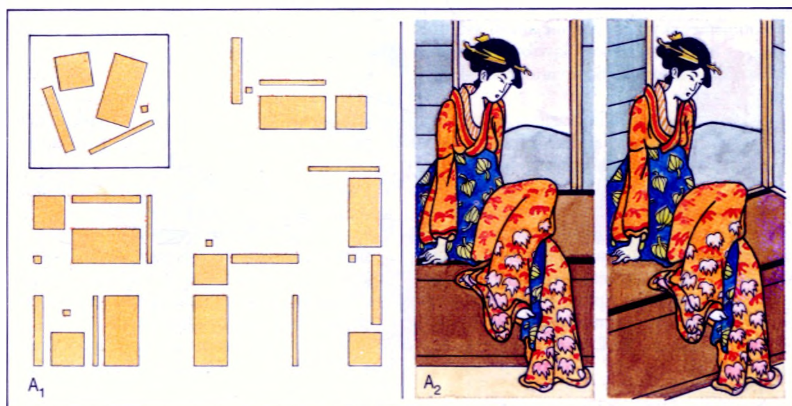
Kairėje pusėje pavaizduotas *kovalentinis pasiskirstymas*,

rodantis, kaip paskirstytos privilegijos (lengvas gyvenimas: malonus darbas, finansiniai ir kt. privalumai) ir sunkumai (sunkus gyvenimas: iš darbo vos įmanoma išgyventi), ir kokių siekiama humanizavimo formų (pvz., darbas, kalinių reikalai, visuomenės laimėjimai).

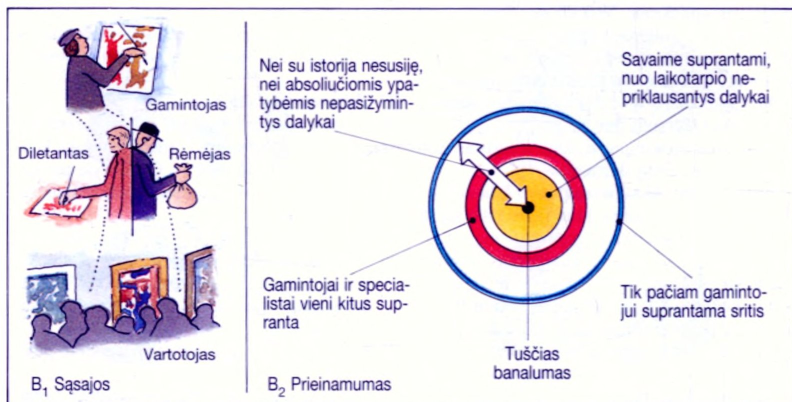
Dešinėje pavaizduota, kaip visuomenė *pasiskirsčiusi pagal išsilavinimą*, pradedant „išsilavinusiais" (kultūriniai interesai, žr. XXI. 2), baigiant „kultūriškai neįgaliais". Trys rubrikos žymi *homogeniškus* (lygiagrečius) arba *nehomogeniškus* (susikertančius) sluoksnių ryšius.

Pvz., *neišsilavinusių* funkcionierių sluoksnis gali puoselėti *aukštus* gyvenimo reikalavimus, kurių nepripažįsta (geriau išsilavinusiems) pavaldiniams.

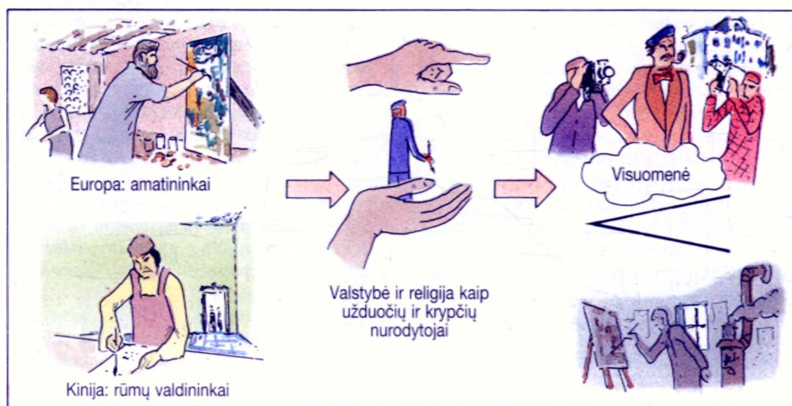
Esant tokioms grupėms ir siekiant išsaugoti visuomenės heterogeniškumą, stipriai kontroliuojama (griežta slaptųjų tarnybų kontrolė).



A Estetinės normos



B Meno vartojimas



C Meninė veikla

Priešistorinių laikų žmonės tik vieninteliu būdu galėjo dvasiškai įveikti gyvenimo sunkumus – išreikšti save per meną.

Kromanjoniečių Lascaux urvo piešiniai byloja, koks sudėtingas iki šiol galutinai neištirtas šis raiškos būdas.

Iš šios pirminės, labiau meninės „vientisos kultūros" tik vėliau iš dalies pradėta išskirti pasaulėžiūros motyvus bei mokslą.

Antikinėje Graikijoje buvo pabrėžiami 3 dideli kultūros tikslai: *grožis*, *tiesa* ir *gėris*. Grožiu ėmė rūpintis **menas.**

A Estetinės normos

Ilgus šimtmečius grožis buvo tapatinamas su tikrovės išpūtimu iki estetinius poreikius patenkinančio *malonumo*.

Nuo šios meno sampratos buvo nukrypta ankstyvaisiais viduramžiais, nes, pvz., bažnyčių freskos visų pirma buvo mokomosios.

XX a. išpūstas estetinis stilius pradėtas vertinti kaip netikroviškas ir pakeistas (bent jau vaizduojamajame mene) tikrovišku, vėliau netgi sąmoningai nuvainikuotu pasaulio perteikimu. Taip meno bazė buvo išplėsta, iškeltas bendras tikslas „iš naujo kurti pasaulį", t. y. tiek *grožio paieškos*, tiek sąmoningas *grožio naikinimas*, kuriuo siekiama sukrėsti žmogų. Svarbiausias dalykas tebėra *grožio galimybių* žinojimas, prie kurio psichologiškai priartėti mažai tepavyko.

(A_1) Estetinius jausmus geriausia suprasti stebint paprastus paveikslus. Šie 5 paveikslai („Estetinis lyginimas", H. BENESCH) gali būti keičiami be galo:

estetine prasme yra geresnių ir blogesnių, harmoningesnių ir kt. variantų; įmanomi netgi bet kokį vientisumą bei realumą griaunantys variantai.

Taip galima įgyvendinti įvairias estetines sampratas.

(A_2) Atliekant meno vertinimo testą (N. C. MEIER), reikia išrinkti, kuris paveikslėlių išdėstymas veiksmingiausias estetine prasme, ir tai pagrįsti.

B Meno vartojimas

(B_1) Pačioje meninės veiklos pradžioje aiškiai atsiskyrė meno *gamintojai* ir *vartotojai*. Tačiau greičiausiai visais laikais *meno diletantai* (iš dalies ir meno rėmėjai) bandė, kiek įmanoma, šias abi grupes suvienyti. Jei į meno kūrimą įvairiomis priemonėmis (ir techninėmis) neįsitrauktų jo mylėtojai *iš dalies* asmeniškai, menas taptų ezoterine individualistų veikla ir prarastų žmonijai svarbią kūrybinę funkciją.

Senesnioji meno psichologija (WINKLER, MOLES) mėgino daugiau psichologiškai aiškinti meno kryptis, o naujesnioji (KREITLER ir kt.) labiau domisi išgyvenimus išplečiančiomis meno funkcijomis.

(B_2) Menas gali žmogaus išgyvenimus *padidinti* (sustiprinti), *išplėsti* (apimti daugiau sričių) ir *pagilinti* (glaudžiau susieti su asmeniniu patyrimu). Žinoma, tai, kiek menas yra prieinamas, priklauso nuo susiklosčiusių bendrų meno ryšių. Schema (VON SAALFELD) išryškina kintantį menininko, meno ir visuomenės santykį. Paslaptingumas kartais yra pageidaujamas (ezoterika), tačiau yra ir perspektyvių asmeninių laimėjimų, kuriems minia dar nepribrendo.

C Meninė veikla

Menui teikiama reikšmė, jo padėtis ir funkcija tam tikroje šalyje, apibūdina taip pat jos visuomenę.

Meną galima apleisti, palikti likimo valiai arba naudoti kaip propagandos priemonę.

Abu neigiami kraštutinumai galų gale kenkia pačiai valstybei. Valstybinis rėmimas irgi kelia sunkumų. Todėl tikriausiai visuomet tarp valstybės ir meno vyks polemika, kurioje dalyvauja menininkas kaip asmuo.

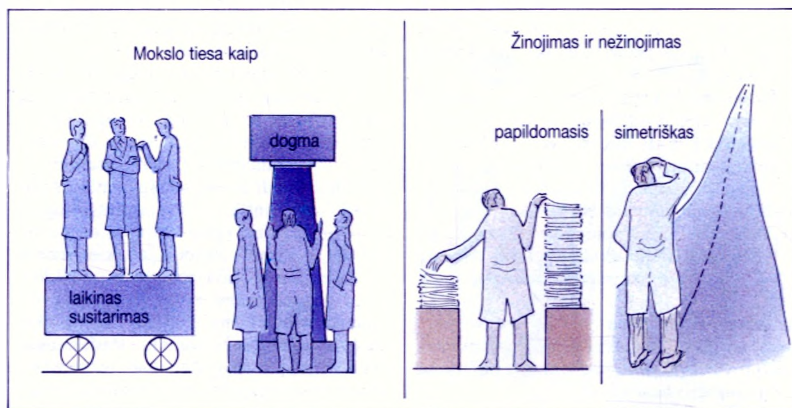
Menininko padėtis visuomenėje gerokai pasikeitė. Europoje tapytojai, skulptoriai, poetai iš pradžių buvo tam tikros rūšies amatininkai.

Kinijoje, priešingai, tapytojai ir poetai kilo iš mandarinų. Taigi Europoje ir Rytų Azijoje menas plėtojosi skirtingai.

Galų gale dėl abiejų visuomenių pokyčių atsirado atskira menininko profesija. Tai, žinoma, skatino nepriklausomybę (kitaip nei totalitarinėse valstybėse) ir darė įtaką meno krypčių gausai bei kaitai, tačiau taip pat lėmė socialinį susiskaidymą į turinčius pastovų darbą ir laisvus menininkus.

Jei, pvz., tapytojas, laimingų aplinkybių ar tam tikros visuomenės dėka tampa žinomas, muziejai ir garsūs menu suinteresuoti asmenys yra verčiami įsigyti šio menininko kūrinį; taip tokių kūrinių kaina ir prestižas nepaprastai pakyla.

Padidėjo atstumas tarp turtingų menininkų ir „vargšų poetų". Dėl atsitiktinių profaniškų visuomenės pomėgių tam tikro *laikotarpio* menas vis labiau ima skirtis nuo *išliekamąją vertę* turinčio meno.



A Psichologinė epistemologija

Modelis / Teorija	Fizika	Psichologija
Dėsnių aiškinimas	Daiktai krenta žemėn	Įpratimas lengvina veiklą
Priežasčių aiškinimas	Gravitacijos teorija	Mokymosi teorija

B Aiškinimo pakopos

Vidiniai mokslo veiksniai	Išoriniai mokslo veiksniai
ugdymas tiriamasis darbas organizavimas mokslininko profesija	viešas vertinimas žinių perteikimas mokslo politika tarptautinis bendradarbiavimas

C Socialiniai ir psichologiniai mokslo veiksniai

Mokslo tikslas yra rasti „realią" tikrovę; taip yra plėtojamas vienas iš trijų kultūros tikslų.

Mokslo psichologija tokį tikslą atgręžia į patį mokslą. Ši savikritiška mokslo šaka reikalauja kvestionuoti mokslą kaip instituciją ir įsitikinti jo tikrumu.

A Psichologinė epistemologija

Psichologinė epistemologija, kaip mokslo teorija, tiria, kas yra mokslinis pažinimas,

pirmiausia santykis su tiesa.

Iš tikrųjų mokslinės tiesos turėtų būti tik laikinas susitarimas, pagrįstas reikšmingais įrodymais. Tačiau daugelis mokslininkų jas laiko dogmomis. Psichologinės priežastys turi būti nagrinėjamos tiriant konkrečius atvejus.

Kita tema yra santykis su žinojimu apskritai. Daugelio supratimu, *žinojimas* ir *nežinojimas* vienas kitą *papildo:*

kuo daugiau sužinome, tuo mažiau nežinome (sprendimai laikomi tarsi atliktu veiksmu).

Kitų manymu, priešingai, žinojimo ir nežinojimo santykis yra *simetriškas:*

kuo daugiau sužinome, tuo geriau įsisąmoniname, kad dar daug ko nežinome, iš esmės tai yra nesibaigiantis dalykas (panašiai kaip į begalybę nusidriekiančių lygiagrečių perspektyva).

Šis pagrindinis epistemologijos klausimas *susijęs ir su ideologija:* pirmasis požiūris yra artimesnis tikėjimui pažanga, antrasis – agnosticizmui, pasak kurio, tiesos neįmanoma rasti.

TH. S. KUHNAS (1976) „mokslo revoliucijų struktūrą" konkrečiai supranta kaip tam tikram metui tinkamų aiškinimo modelių kaitą. Tiesa, jis, kaip ir MAXAS PLANCKAS (1928), pabrėžia:

„Mokslinė tiesa nesirūpina, ar, jai išsikovojus pripažinimą, priešininkai ja patikės, ar iš jos pasimokys, bet greičiau laukia, kol jie pamažu išmirs".

W. JAMESAS (1907) mano dar negatyviau:

„Su nauja teorija [...] iš pradžių kovojama kaip su absurdiška. Paskui jos tiesai pritariama, tačiau ji apibūdinama kaip savaime suprantama ir nereikšminga. Galų gale jos reikšmė pripažįstama, tik buvę priešininkai dabar tvirtina, kad būtų ją atradę patys".

B Aiškinimo pakopos

Babiloniečiai jau maždaug 500 m. pr. Kr. galėjo apskaičiuoti, kada įvyks Mėnulio užtemimas, nors jie nesuprato šio reiškinio priežasties; tuo pačiu būdu jie bandė numatyti skėrių antplūdžius.

Babiloniečiai pažino *dėsnius* (dėsnių aiškinimas); tačiau *kodėl* taip yra, paaiškino tik kosminių priežasčių tyrimai (priežasčių aiškinimas). Fizikos dėsnis „daiktai krenta žemėn" pats savaime dar neatskleidžia šio reiškinio priežasties – gravitacijos. Taip pat, norint suprasti priežastį, neužtenka vien teigti psichologijos dėsnį, pvz., „įpratimas lengvina veiklą".

PAVLOVO arba THORNDIKE (plg. VII, 1) mokymosi teorijos aiškina, kaip susidaro priežastiniai ryšiai. Tuomet galima formuluoti šias priežastis aiškinančius *dėsnius.*

Psichologijos (tam tikra prasme ir fizikos) dėsniai, aišku, yra tik *santykiniai,* arba *statistiniai,* t. y. jie nėra absoliutūs, ir, remiantis jais, prognozuoti galima *tik iš dalies.*

C Socialiniai ir psichologiniai mokslo veiksniai

Mokslą kuria žmogus, todėl jis priklauso ir nuo socialinių bei psichologinių veiksnių. Atsižvelgiant į socialinius ryšius, šiuos veiksnius galima skirstyti į *vidinius* ir *išorinius.*

Keturios svarbiausios socialinės ir psichologinės problemos, susijusios su vidiniais veiksniais, yra:

mokslininkų *ugdymas* (ir jaunosios kartos raginimas atlikti tyrimus), *tiriamasis darbas* (visų pirma komandos darbo klausimai), mokslo *organizavimas* (pvz., ribų arba ryšių tarp šakų nustatymas), *profesinės psichologijos* klausimai.

Tebėra neaišku, kokie mokslininko gebėjimai yra įgimti, jei tokie apskritai yra. Dažnai neatsižvelgiama į tai, kad tyrėjo karjeros pasirinkimą lemia ne tiek objektyvūs, kiek daugybė subjektyvių kriterijų.

Išoriniai mokslo veiksniai irgi veikia vidinius. Minėtos 4 problemų sferos apima ir plačias išorines sritis.

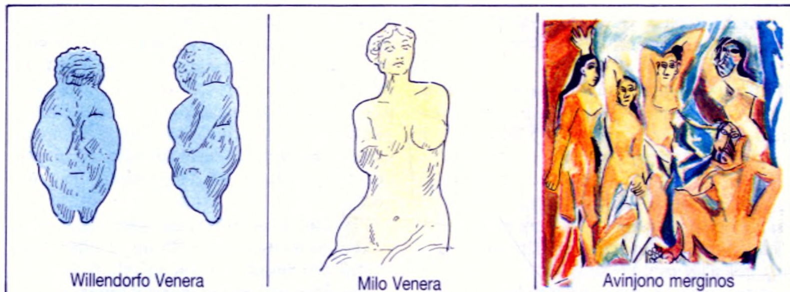
Požiūrį į mokslą nuo XIX a. daugiausia formavo sėkminga gamtos mokslų raida.

Mokslo žinių *perteikimas* yra ginčytina tema. Nemažai mokslininkų nėra linkę perduoti savo žinių nespecialistams.

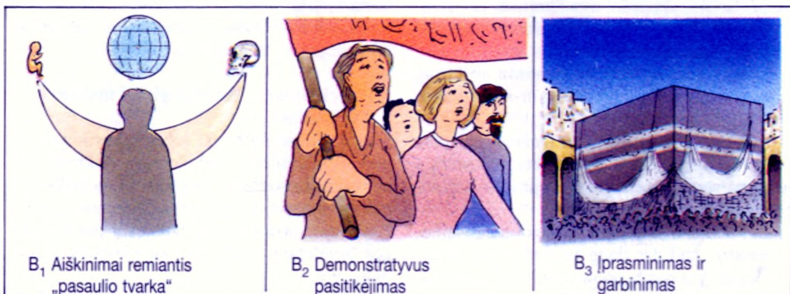
Mokslo politika irgi lemia didesnę ar menkesnę žinių plėtrą, pvz., kai yra galimybė greitai gauti pelną.

Mokslo, taip pat ir psichologijos, internacionalizavimas vyksta tik iš dalies. Dauguma psichologų dabar dirba JAV, tai skatina lygiuotis į amerikiečių psichologiją, nesirūpinti kitose šalyse atliekamais tyrimais.

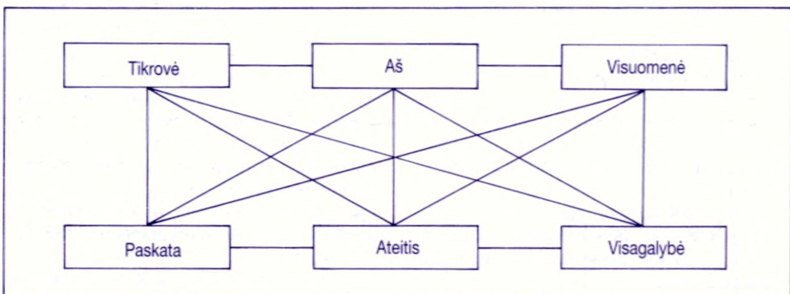
Socialiniai ir psichologiniai mokslo veiksniai turėtų būti tiksliau įvardyti.



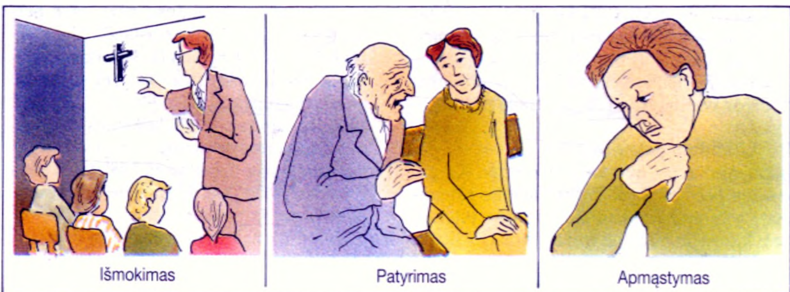
A Pasaulio ir žmogaus atvaizdai



B Pasaulėžiūros funkcijos



C Absoliučios vertybės



D Pasaulėžiūros įgijimas

Pasaulėžiūros sąvoką pasiūlė KANTAS (1790), ir pavadino ją neaprėpiamo minčių pasaulio santrauka. Vėliau ši sąvoka buvo vartojama požiūrių į esminius egzistencinius klausimus visumai apibūdinti. **Pasaulėžiūros psichologiją** pagrindė KARLAS JASPERSAS (1919):

„Pasaulėžiūros psichologija yra sielos gyvenimo ribų nustatymas, kiek tai leidžia mūsų supratimas".

Prasidėjus kognityvinei psichologijos erai, plačiau imta tirti ir metakogniciją (J. H. FLAVELL, 1979), t. y. pamatinius, strateginius kognityvinius uždavinius.

Asmens pasaulėžiūros psichologija (H. BENESCH, 1984) turėtų tirti poreikius (bei jų psichologines prielaidas) nuo paprasčiausių animistinių vaizdinių (plg. IX, 5) iki religines, politines ir kitokias idėjines sistemas aiškinančių oficialių pasaulėžiūrų.

A Pasaulio ir žmogaus atvaizdai

Kiekvienam žmogui daugiau ar mažiau nesąmoningai arba sąmoningai kyla trys esminiai klausimai:

Kokia žmogaus paskirtis, t. y. koks galutinis egzistencijos tikslas?

Ką galima arba reikia įsipareigoti?

Kokia pasaulio ir asmens egzistencijos prasmė?

Nesvarbu, ar žmogus tokius klausimus suformuluoja, ar tik instinktyviai nujaučia, kritiniais gyvenimo laikotarpiais jis tikriausiai su jais susiduria. Dėl gausybės atsakymų, kuriuos pateikia nuomonių reiškėjai, pasaulėžiūrų įtaka gali turėti pasaulinę istorinę reikšmę. Be pasaulio sampratų, yra ir žmogaus sampratos, įgalinančios, remiantis asmeniniu patyrimu, daryti bendras išvadas,

pvz., ar žmonės iš esmės yra geri, ar blogi, nemąstantys ar gebantys filosofuoti, kokie jų bendri vidiniai polinkiai.

Aiškiausiai žmogaus sampratos atsiskleidžia mene.

Priešistorinė Willendorfo Venera, Milo Venera arba Picasso „Avinjono merginos" yra trys pavyzdžiai, kaip tam tikro laikotarpio menas atspindi žmogų; šie atvaizdai išreiškia ne tik moters, bet ir visų žmonių sampratą.

B Pasaulėžiūros funkcijos

Kam žmogui reikalinga pasaulėžiūra?

Kai kurie jos atsižada, tačiau nepastebi, kad patys yra jos dalis. Kiti žino tik savo „absoliučią tiesą" ir nepripažįsta jokio kito būtį pagrindžiančio požiūrio. Pasaulėžiūrų psichologija ne normatyvinė (nenurodo, kaip *reikėtų* mąstyti ar veikti), bet aprašomoji (nagrinėja, kokios *yra* galimos sampratos ir kokios jų priežastys). Yra skiriami *reiškimosi laipsnis* (pvz., pradedant lėkštais požiūriais: „[...] deja, toks yra gyvenimas" ir *polinkiai* (pvz., dorovinės pozicijos), kurie yra trijų krypčių.

(B_1) *Aiškinimai remiantis „pasaulio tvarka":* bandymai protu įvaldyti ir paaiškinti tai, kas nepaaiškinama (pvz., likimas).

(B_2) *Demonstratyvus pasitikėjimas:* dorovinis patvirtinimas, kad elgiamasi „teisingai".

(B_3) *Įprasminimas ir garbinimas:* prasmę teikiantis ritualas, kaip, pvz., visų pasaulio musulmonų kelionė į Meką.

C Absoliučios vertybės

Pasaulėžiūros yra ne tik kognityvinės priemonės, padedančios įvaldyti gyvenimą, bet ir pavojinga, netgi gresianti taikai priespaudos priemonė. Todėl jomis vis dažniau domisi psichologija. Viena svarbiausių pasaulėžiūros funkcijų yra aukštesniųjų ir aukščiausiųjų vertybių išdėstymas, pvz.:

tiesa (patikrinama mokslinė tikrovė kaip visa ko įrodymo pamatas),

Aš (egocentrinis visų poelgių šaltinis),

bendruomenė (asmens interesus pranokstančios vertybės),

paskata (dorovinis skatinimas veikti),

ateitis (atsakomybė už tai, kas įvyks),

visagalybė (priklausomybė nuo aukščiausios nežemiškos instancijos).

Šie pastarieji tikslai gali būti iš dalies derinami. Daugelyje pasaulėžiūrų jie išreiškia egzistencinius *galutinius siekius* (kas turi būti atlikta galiausiai) ir dvasinės *pagalbos pasiūlą* (kokios paguodos iš to žmogus gali tikėtis).

D Pasaulėžiūros įgijimas

Pasaulėžiūra pradeda formuotis, kai perimami pažiūrų pagrindai iš tėvų, jaunystėje ji keičiasi veikiama aplinkos, o vėliau skleidžiasi pataikaujant arba priešinantis aplinkinių lūkesčiams. Pasaulėžiūra priklauso nuo *išmoktų, patirtų* dalykų bei nuo asmeninių *apmąstymų*,

ji yra bendras tiek paties, tiek svetimų minčių vaisius.

Pasaulėžiūra labai padeda žmonijai išgyventi. Ši psichologinė tema, kaip ir daugelis kitų, turi būti tyrinėjama toliau.

Sąvokos

Agresija – tyčinis priešiškas elgesys norint nuskriausti, pažeminti kitus žmones (kartais save patį) bei pademonstruoti savo pranašumą. Priežastys aiškinamos skirtingai, nelygu kokia teorija vadovaujamasi:
1) vidinių priežasčių teorija △ aiškina kaip evoliucinį instinktą;
2) sąlygojimo teorijos – kaip išmokimo rezultatą;
3) diferencinė psichologija – kaip skirtingų asmenybės savybių (karštakošiškumas, savęs teigimas arba kaltės primetimas kitiems) išraišką;
4) psichoanalizė – kaip reakciją į frustraciją;
5) socialinės teorijos – kaip instrumentinį valdžios naudojimą;
6) kognityvinė psichologija – kaip krizinę būseną ambivalentiškose apsisprendimo situacijose;
7) motyvacinės teorijos – kaip įtūžio, baimės, apmaudo derinį arba reakciją į įsakinėjimą;
8) veiklos teorijos – kaip staigią reakciją sustiprėjus kontrapriemonėms iš abiejų pusių.
Šalinti arba švelninti △ siūloma tiek atsisakant įprastų reagavimo būdų (pvz., paradoksaliai atskleidžiamas agresijos signalų reliatyvumas), tiek mokantis naujų įgūdžių (pvz., atsipalaidavimas, pykčio kontroliavimas).

Aktyvacija – sąvoka, apibūdinanti daugybę elgesio paskatų – nuo neuroninio sužadinimo iki kognityvinio dirglumo. Kaip nervų sistemos sužadinimas △ atsiranda dėl EEG ritmų desinchronizacijos (dažnio padidėjimo, amplitudės sumažėjimo). Kiti △ lydintys lygiaverčiai fiziologiniai procesai yra padažnėjęs širdies ritmas ir kvėpavimas, vyzdžių išsiplėtimas, odos varžos pokyčiai ir kt.
Naujoji aktyvacijos psichologija skiria tokias aktyvaus santykio su aplinka sritis: dėmesys – tai tikslingas pasirinkto objekto paisymas, pastangos – tai emocinis dalyvavimas dėmesio objekte, prisitaikymas – tai pripratimas prie dirginančios aplinkos, valia – tai ryžtas įgyvendinti ketinimus.
Stiprėjant △, palaipsniui keičiasi ir suvokimas, tačiau kai susižadinimas per daug stiprus, paprastai sąmonė ima drumstis, jei dėmesys nesutelkiamas į labai siaurą sritį.
Ypatingos △ formos reiškiasi socialiniame kontekste: socialiniai stimulai, artimųjų paskatos bei reaktyvus priešinimasis gresiant pralaimėjimui. Tikslingi veiksmai (F. BRENTANO) grindžiami kognityviniu pasirengimu ne tik pakęsti tam tikras aplinkybes ar į jas reaguoti, bet ir jas įprasminti (pvz., animistiškai priskirti nežinomoms jėgoms arba ieškoti tikslo, arba įtraukti į vidinę sistemą). △ sutrinka arba dėl per silpno, arba dėl per stipraus, arba netinkamos krypties sužadinimo.
△ teorijos, aiškindamos psichikos aktyvumą, dažniausiai remiasi fiziologinio jaudinimo stiprumu, elgesio paskatomis (stimulais), hormonų impulsais (instinktais), kognityviniu įprasminimu (interpretavimu ir įsipareigojimu), socialiniais akstinais (pvz., partnerių sąveika).

Analitinė psichologija – K. G. JUNGO sukurta gelmių psichologijos krypties terapijos mokykla. Teoriniu požiūriu JUNGAS aprašo žmogų remdamasis dvejopa tipologija: psichikos funkcijomis (mąstymas, jutimas, intuicija, sensorika) bei sąmonės sluoksnių struktūra (žmogaus Aš, Ego, sąmonė, asmeninė pasąmonė, kolektyvinė pasąmonė ir niekada neįsisąmoninama kolektyvinės pasąmonės dalis).
Psichikos sutrikimų atsiranda atskilus tam tikroms kompleksinėms asmenybės dalims, kurių pats žmogus nepajėgia integruoti.
Kolektyvinės pasąmonės turinys – tai archetipai, bendražmogiški pirmavaizdžiai, iš esmės lemiantys žmogaus elgesį. Tokie kiekvienam būdingi vaizdiniai atspindi taip pat atitinkamą kitos lyties (*animus* – moteriai, *anima* – vyrui) sampratą. JUNGAS neneigia, kad ↗ *neurozė* prasideda vaikystėje. (FREUDAS ją supranta tik taip.) Tačiau JUNGAS labiau pabrėžia aktualias, neurozei palankias situacijas, kai nesusitvarkoma su kritinio laikotarpio reikalavimais, jų vengiama ir jie išstumiami.
△ terapija – tai amplifikacija, t. y. visiems žmonėms bendrų pažeidžiamumo šaltinių įsisąmoninimas ir akiračio išplėtimas. Tuo tikslu JUNGAS kaip archetipiniais pavyzdžiais remiasi mitais, sakmėmis, religijomis ir kt. Taip terapijos mokykla bando padėti neurotiškam žmogui atnaujinti nutrūkusį individuacijos (asmenybės brendimo) procesą.

Aplinkos teorija tiria aplinkos funkcijas. Pagal ryšį su žmogumi aplinką galima nagrinėti 3 aspektais:
1) Kartu su W. HELLPACHO geopsichologijos (1911) atsiradimu atidžiau imta žiūrėti į žmogų veikiančius bioklimato, landšafto, ekologijos veiksnius. Pavyzdžiui, neginčytina, kad šviesa veikia psichinę savijautą. Svarbiausia △ prob-

lema – nusakyti aplinkybes, kurioms esant aplinka veikia žmogų. Sunkumų kyla ypač dėl to, kad aplinkos poveikis dažniausiai neįsisąmoninamas.
2) Aplinka taip pat yra pagrindinis žmogaus veiklos laukas. Čia △ bando įvardyti skirtingas aplinkos funkcijas; pvz., aplinka kaip galimybė išreikšti save arba kaip galimybė prisitaikyti.
3) Kadangi aplinka ir žmogus susiję vienas su kitu ne tik tiesiškai, trečioji △ dalis bando išreikšti šį ryšį „psichotopais". Sąvoka „psichotopas" apibūdina žmogaus ir aplinkos sąveikos visumą, reikalingą žmogaus psichinei sveikatai išsaugoti.
Kadangi žmogus geba nepaprastai gerai prisitaikyti, pvz., prie arktinės ar tropinės aplinkos, žmogaus ir aplinkos sąveikos ribos nėra labai aiškios, bet vis dėlto egzistuoja. Svarbiausias △ uždavinys yra apibrėžti šias individualias ir kolektyvines kišimosi į aplinką ribas ir jų kitimą.

Asmenybė – individualių žmogaus požymių visuma. Dėl labai plataus psichologijos problematikos spektro neįmanoma šios sąvokos apibrėžti vienareikšmiškai. Neišvengiamai egzistuoja keletas teorijų grupių, kurios bando apibrėžti asmenybę remdamosi skirtingais esminiais dalykais. Visos šios teorijos vienaip ar kitaip privalo atsakyti bent į 5 pagrindinius klausimus: kokie vidiniai struktūros požymiai gali būti išskiriami (individualios struktūros problema), kas dar, be kūno tapatumo, išreiškia akivaizdų individo unikalumą nepaisant nuolatinių vidinių ir išorinių pokyčių (unikalumo ir asmenybės darnos problema), kokios svarbiausios ypatumų sritys lemia žmogaus raidą ir kaip ji gali toliau netrukdoma plėtotis (individuacijos problema), kas aktualiai mobilizuoja jau susiformavusias potencialias žmogaus galimybes (motyvacinio sužadinimo problema), kas išreiškia asmenybės vertę (savigarbos problema).
Šios 5 problemų sritys gali būti nagrinėjamos labai skirtingai (arba teorijos gali tik iš dalies atsakyti į minėtus klausimus). Dabartinių △ teorijų daugybę (be Antikos, Viduramžių, Naujųjų laikų teorijų) galima suskirstyti į 4 grupes:
1) Gamtamokslinės △ teorijos vadovaujasi filogenetine raida ir tiria jos poveikį žmogaus būčiai (hominizacija, smegenų vystymasis, biopsichologija ir etnopsichologija), CNS psichokibernetiniai kodavimo pagrindai, elgesio repertuaras.
2) Socialinės teorijos tiria individo įtaką aplinkai ir jos įtaką individui (interakcionizmas, socializacija, socialinis ryšys ir jo nutraukimas, santykių susiklostymas).
3) Humanitarinių teorijų pagrindas – individo savireguliaciniai gebėjimai bei savarankiška orientacija (atribucija, savikontrolė, sąmoningas lavinimasis, suplanuotas elgesys, interpretacija ir įsipareigojimas).
4) Gelmių psichologijos teorijų atskaitos taškas – nesąmoningas elgesys; žmogus priklausomas nuo nepažinių dalykų (instinktyvūs potraukiai, kolektyvinė pasąmonė, organų menkavertiškumas ir kompensacija, frustracija).
Visos šios teorijos gali svyruoti tarp pastovių △ savybių koncepcijos (bruožų teorijos) ir situacijos nulemtų pokyčių koncepcijos (sąveikos teorijos). Dauguma △ teorijų taip pat pateikia atitinkamas motyvacijos koncepcijas – iškelia skirtingus esminius dalykus (instinktyvūs motyvai, veiklos motyvai, gausos siekio motyvai ir kt.), lyginamosios analizės koncepcijas (pvz., tarpkultūrinis lyginimas) ir (pozityvias) △ brandumo ar (negatyvias) sutrikimų koncepcijas. Metodiniu atžvilgiu vienos teorijos krypsta daugiau į kiekybinį, kitos į kokybinį △ tyrinėjimą.

Atlikimas – bendra sąvoka, apibūdinanti įvairų galimą darbavimąsi, veiklą, darbo rezultatus ir kt. sąlygojančią sistemą. Kodėl žmogus veikia, nagrinėja daugybė aktyvacijos teorijų.
1) Energijos teorijos (CNS atlieka darbą, realizuojamą žmogaus veiksmais).
2) Elgesio teorijos (į stimulus ar dirgiklius neišvengiamai atsiliepiama, reaguojama).
3) Potraukių teorijos (hormonų sukelti akstinai veikti).
4) Kognityvinės teorijos (savireguliacijos nulemti veiksmai).
5) Socialinės teorijos (aplinkos sukelti akstinai veikti).
△ teorijos nurodo daugelį svarbių teorinių dalykų:
1) Pasirengimas ką nors atlikti išryškina išankstines ruošimosi veiklai sąlygas (dėmesys, prisitaikymas prie aplinkos, pastangos, svyruojančios nuo atsipalaidavimo iki ištvermingumo).
2) Kompetencija tikrinama atsižvelgiant į gebėjimų prielaidas (protines, fizines, motyvacines ir kitas asmenines duotybes).
3) Tiriant sąveikos procesus, telkiamas dėmesys į socialines sąlygas (raidos lygis, socialiniai reikalavimai, rungimasis, visuomeniniai laimėjimai).
4) Koncentracija padeda įvertinti momentinių sąmonės būsenų įtaką veiksmams (kaip savireguliacija veikia atliekamus veiksmus: laimėjimų motyvacija, interesų formavimasis, orientacija į ankstesnius potyrius, trukdančių šalutinių poveikių pašalinimas).

5) Tikslingumas padeda atskirti tikslingus ir netikslingus veiksmus (reagavimą į išorinius ir vidinius dalykus).
6) Kontrolė padeda simultaniškai arba retrospektyviai tikrinti kitų arba savo atliktus veiksmus (atribucija, kontrolės lokusas, tikslo žinojimas, užbaigtumas, situacijos aplinkybės, pradinis lygis).
7) Sužadinimo potencialas iš esmės nusako emocinę įtaką poelgiams ir išgyvenimams (sužadinimą lydintys, po jo sekantys arba jį skatinantys reiškiniai).
8) Veiksmo genezė yra susijusi su tam tikro veiksmo atlikimo nuosekliomis sąlygomis (ketinimai, išankstiniai planai, reikalavimų lygis, sprendimai, poelgių reguliavimas atsižvelgiant į momentinę veiksmo būklę, užbaigti ir neužbaigti poelgiai, užbaigtų poelgių padariniai). Bendras klausimas yra, kaip kinta veiksmai įsigalint rutinai. Viena teorijų spėja, kad didėja diferenciacija (veiksmų diferencijavimo hipotezė), kita teigia, kad sumažėja kruopštumas, sąmoningas valdymas ir kontrolė (veiksmo silpnėjimo hipotezė), dar kita teorija kalba apie įvairialypę eigą: dalinį gerėjimą (vis greitesnė eiga) ir dalinį blogėjimą (pvz., didėjanti nelaimingų atsitikimų rizika – veiksmo divergencijos hipotezė).

Atmintis suprantama ne kaip vientisas psichinis procesas, o kaip mneminių (tebesitęsiančių) reiškinių įvairovė. Jau neuronai užfiksuoja akimirksnio reakciją (pirminė, jutiminė △). Dėl tokios mneminių funkcijų įvairovės tapo būtina △ sąvoką nusakyti diferencijuočiau. Tai vyko iš esmės dviem kryptimis.
1) Pagal su laiku nesusijusias funkcijas skiriami tokie procesai kaip įsiminimas, laikymas atmintyje ir atkūrimas. Įsiminimas siejamas su įsimenamąja medžiaga bei tam tikru jos sukaupimo būdu. Laikymas atmintyje reiškia, jog prisiminimai ar žinios yra išlaikomi tam tikrą laiką. Atkūrimas – tai procesas, kai tam tikrą akimirką aktualizuojama atmintyje išlaikyta informacija.
2) Pagal funkcinį struktūrinimą galima išskirti 3 teorijų grupes. Filtro teorijos teigia, kad įsimenama dėl daugybės dirgiklių atrankos. Asociacijų teorijos remiasi dirgiklių sutapimu (laike ir erdvėje, pagal aplinkybių ryšį, pagal panašumą ir kontrastą). Populiariausios šiandien pakopų teorijos. Pagal trikomponentę pakopų teoriją žmogus turi ultratrumpalaikę △ (sensorinis registras, kelių s trukmės), trumpalaikę △ (informacijos susiejimo registras, apimantis 7 elementus, iki 15 s trukmės) ir ilgalaikę △ (neriboto talpumo). Kiekvieno individo △ labai skirtinga, tačiau treniruotėmis galima △ gana lengvai pagerinti.
△ sutrikimai gali būti susiję su fiziologiniais trikdymais (pvz., nuovargiu), situacijų įtaka (pvz., įvykių srautu) ir neuroziniais reiškiniais (pvz., išstūmimu).

Atribucija – prasmės kam nors suteikimas mėginant priežastimis pagrįsti patirtus ar tik tikėtinus ryšius. Net mažam vaikui, iš pradžių klaususiam „kas?" ir „kaip?", ateina metas klausti „kodėl?", atsiranda poreikis pagrįsti, pvz., suprasti, kas dėl ko nors kaltas. Toks „pagrindžiantis" elgesys reiškiasi ir suaugusiųjų gyvenime, pradedant iracionaliais bei neapmąstytais priežasčių spėliojimais, baigiant tiksliai nurodomais jų sąryšiais. Daugumai kasdieninių dalykų pagrįsti trūksta informacijos, todėl dažnai priežastys jiems priskiriamos negalvojant. Atsižvelgiant į atribucinio ryšio chronologiškumą, skiriama kauzalinė △ (priežasčių priskyrimas tam tikroms išankstinėms sąlygoms), simultaninė △ (momentinis būsenų, padėties apibūdinimas ir pagrindimas) ir finalinė △ (numatomų lūkesčių pagrindimas). Turinio prasme galima skirti išorinius, vidinius ir neaiškius △ įtaką darančius veiksnius. Įvykio sąryšio △ priklauso nuo pasaulėžiūros ir kartu ją skleidžia, nes pastaroji labiau susijusi su ideologiniu pasaulio aiškinimu.

Baimė – šiurpus, slegiantis susijaudinimas, pasireiškiantis ir kaip trumpalaikis slogutis, ir kaip susirūpinimas, suglumimas, sustingimas, ir kaip nuolatinė neviltis bei panika. Psichologijoje skiriama △ kaip būsena (įtampa gresiant pavojui) ir △ kaip savybė (dispozicinis baikštumas, nesvarbu ar yra pavojus). △ aiškinančios teorijos grindžiamos psichoanalize, mokymosi teorijomis bei kognityvine psichologija.
1) Psichoanalizė (S. FREUD) žmogaus Ego laiko „baimės buveine", į kurią iš išorinio pasaulio (reali baimė), iš Id instinktų (neurotinė baimė) ir iš Superego (sąžinės baimė) srūva gąsdinantys signalai. Jei gyvenimo traumų sukelti išgyvenimai išstumiami, baimės signalai gali virsti nei iš šio, nei iš to užplūstančia baime.
2) Mokymosi teorijos baimės prielaida laiko tiek silpną nervų sistemą (I. P. PAVLOV), tiek baimę keliančiomis aplinkybėmis susidariusius sąlyginius refleksus, kurie gali virsti △ reakcijomis.
3) Kognityvinės △ teorijos baimę grindžia individo emociniais informacijos apdorojimo padariniais. Šie kognityviniai mechanizmai aiškinami kaip vidinės kontrolės išnykimas

(J. B. ROTTER) arba išmoktas bejėgiškumas (E. P. SELIGMAN), arba yra išdava tokių reiškinių kaip kontrolės praradimas dėl svetimumo, judėjimo apribojimų, nežinomybės, vienatvės, bandymo užbėgti pavojui už akių, saugumo praradimo, netikrumo dėl ateities, beviltiškumo ir kt.

4) Greta chroniškų △ būsenų pasitaiko ir patologiško bebaimiškumo: žmogus ignoruoja pavojų (pvz., dėl slapto agresyvumo). Be to, egzistuoja baimės aistra lyg „žaidimas su ugnimi", kaip rizikos akstinas tai gali veikti tonizuojamai.

Šalinti patologišką △ siekia visų svarbiausių krypčių psichoterapija. Be to, bandoma išmokyti gyventi be △; žmogus turi pagrįsti △ signalus ir šalinti minėtas prielaidas.

Bendravimas – ryšio tarp žmonių turinys ir sistema. △ teorijos nusako △ ypatumus ir tikslus.

1) Pagal techninių ryšių priemonių pavyzdį informacijos teorijos tarpasmeninę sąveiką aprašo kaip informacijos turinių kodavimą ir dekodavimą.

2) Naudos teorijos nagrinėja galimus △ tikslus.

3) Pusiausvyros teorijos pabrėžia △ poreikį.

Visos šios teorijos remiasi įvairiais realaus △ ypatumais. Atsižvelgiant į esminį komunikacijos trikampį, galima išskirti tris jo aspektus: siuntėją (informacijos perdavėją), priėmėją (informacijos vartotoją) ir tam tikros žinios turinį (kalba, neverbalinis elgesys ir pan.). △ procesą lemia dalyviai (jų skaičius, aktyvumas), priemonės (kalba, ženklai ir kt.), būdai (intrapsichinis = vidinis monologas; tarpasmeninis = matomas ar girdimas, susijęs su žiniasklaida ir kt.) ir veiksniai (įtaka, gynyba ir kt.).

Kiekvienas žmogus visą savo gyvenimą, iš dalies mėgdžiodamas, iš dalies treniruodamasis, kažką išgyvendamas, kuria savo △ stilių bei jo situacines variacijas. Stilių galima aprašyti dviem matmenimis: 1) vyravimas (psichofizinės jėgos ženklas)–paklusimas (bevalis nusileidinėjimas) ir 2) afiliacija (polinkis bendrauti)–ditencija (nenoras bendrauti).

Grupės santykių turinį lemia 4 reguliavimo sistemos: rangų tvarka (vadovavimo struktūra), vaidmenų struktūra (įvairūs grupiniai įnašai), ryšių struktūra (tendencingo △ ypatumai) ir normų struktūra (įpareigojančios taisyklės). Nelygu kokios yra sistemos struktūros, vyrauja autonominiai, paramos, kontroliavimo, gynybiniai arba paradoksaliai susipynę santykiai.

Aprašomosios sistemos padeda nuskaidrinti kompleksišką žodinį ar nežodinį △. Ryšiai su masėmis aprašyti prie ↗ *masinės komunikacijos*.

Biheviorizmas – elgesio teorija („Psichologija be sielos", F. A. LANGE, 1866), kurios ištakos – J. B. WATSONO (1913) straipsnis „Psichologija bihevioristo akimis". Ši psichologijos kryptis vadovaujasi teorine programa, kuri mokslinio tyrimo objektu vadina tik tokį elgesį, kurį galima objektyviai stebėti ir matuoti. Iš pradžių buvo remiamasi rusų fiziologų BECHTEREVO ir PAVLOVO vadinamąja refleksologijos teorija bei gyvūnų tyrimais. Todėl išmokimas tapo svarbiausiu tyrimų dalyku bei pagrindiniu psichiniu procesu. Ankstyvasis △ (THORNDIKE, YERKES, MORGAN) išmokimą laikė mėginimų ir klaidų procesu, vėliau atsirado 3 kryptys – susiklostė klasikinio, operantinio ir kognityvinio sąlygojimo teorijos.

1) Klasikinio sąlygojimo teorija tvirtina, kad ko nors išmokstama tada, kai CNS susidaro laikini ryšiai. Tokie sąlyginiai refleksai atsiranda, kai įgimtą elgesio programą sužadinantis nesąlyginis dirgiklis dažnai kartojamas drauge su neutraliu dirgikliu (ar iš karto po jo): ilgainiui pastarasis tą pačią elgesio programą sužadina jau pats vienas, kaip sąlyginis dirgiklis.

2) Operantinis sąlygojimas tam tikra prasme yra pirmesnis. Iškiliausias šios krypties atstovas B. F. SKINNERIS teigia, kad išmokimo sėkmę lemia apdovanojimai (pastiprinimas). Todėl įvairių pastiprinimo formų (nuolatinis, dalinis pastiprinimas) poveikį galima nustatyti pagal išmokimo kreivę. A. BANDURA, aprašęs, kokį poveikį turi atitinkamų pavyzdžių (modelių) mėgdžiojimas, šią kryptį papildė ir pavadino tai išmokimu panašaujant.

3) Kognityvinio sąlygojimo, kaip teorinės krypties, šaknys – LASHLEY (1929) ir TOLMANO (1932) tyrimai. TOLMANAS vėl ėmė vartoti išgyvenimus apibūdinančias sąvokas (t. y. lūkestis, įsivaizdavimas ir kt.) kaip „tarpinius kintamuosius", kurie taip pat veikia elgesį. Šitaip jis sujungė neobiheviorizmą su geštaltinės psichologijos kognityviniu reorganizavimo principu (W. KÖHLER) bei su jos tiriama „protinga" veikla, kuri irgi turi įtakos išmokimui, bent jau žmonių ir žmogbeždžionių. Ortodoksinis △ yra elgesio terapijos (EYSENCK), neobiheviorizmas – kognityvinės elgesio terapijos (MAHONEY) teorinis pagrindas.

Depresyvumas – sąvoka, apibūdinanti įvairiausias sudirgimo bei prislėgtumo būsenas, prie kurių galima priskirti (siaurąja prasme) ir depresiją. Nusakyti šių būsenų ribas labai sudėtinga. △ spektrą, pradedant pasyvumu ir graudulių, galima būtų plėsti einant prie netekties išgyvenimo bei kitų būsenų pagal jų nukrypimo

nuo normos stiprumą ir trukmę. Kitoje △ spektro pusėje tada būtų psichozei priskirtina melancholija, kurią HIPOKRATAS vadino endogeniška (gleivės, kraujas, tulžis, juodoji tulžis), t. y. sąlygine psichine fizinių sutrikimų išraiška. Paskutiniai šiame spektre – cikliškai pasireiškiantys sutrikimai (manijos, stuporai). Spektro viduryje būtų neurotinė depresija – dažniausiai pasitaikanti △ forma.

Galima išskirti 5 neurotinės depresijos požymių grupes: bloga nuotaika (liūdesys, prislėgtumas), pasyvumas (minimalus dalyvavimas visuomenės gyvenime, jos šalinimasis), perdėtas kentėjimas (dažni skundai, hipochondrija, autoagresija), sunkios fizinės būsenos (miego sutrikimai, rytinis slogutis, nuolatinis nuovargis, baimės dėl sveikatos, migrena) ir kognityviniai reiškiniai (žemas savęs vertinimas, negatyvūs lūkesčiai, savęs kaltinimas, katastrofos nuojauta).

Apskritai depresyviam žmogui būdinga slogi dvasinė savijauta, t. y. jis jaučiasi emociškai sukaustytas, iškamuotas, slegia krūtinę ir pilvą; mintys sukasi apie blogą savijautą, kaltę dėl nepajėgumo, beviltišką padėtį. Kai ištinka manijos fazė, žmogų užvaldo perdėtas visagalybės jausmas, kartais ir didybės manija. Skubotai liejantis idėjų srautui kuriami nerealūs planai, tačiau netrukus vėl grįžtama prie apatijos ir sąstingio.

Didžiosios depresijos diagnozei nustatyti būtini bent 4 iš šių 8 kriterijų: sumažėjęs ar padidėjęs apetitas ir miego sutrikimai, jaudinimo ir slopinimo disfunkcija, nuolatinis niekuo nesidomėjimas, išsekimas, menkavertiškumo jausmas, negebėjimas susikaupti, dažnos mintys apie mirtį ar savižudybę.

Galima nurodyti tokias △ priežastis: stokos būsena sutrikus nervų sistemos (biocheminei) medžiagų apykaitai (somatiniai modeliai), autoagresija kaip prieraišumo objekto praradimo ar narcisistinių ligų padarinys (psichoanalitiniai modeliai), pozityvių pastiprinimų dingimas, išmoktas bejėgiškumas (bihevioristiniai modeliai), negatyvus požiūris į save, kitus ir ateitį (kognityviniai modeliai), didelės pretenzijos bei perdėtas reagavimas kritiniais gyvenimo momentais (asmenybės psichologijos modeliai), taip pat homeostazės modeliai, apimantys minėtus etiologinius modelius.

Deprivaciją klinikinė psichologija apibūdina kaip vieną svarbiausių psichikos sutrikimų priežasčių. Manoma, kad dėl priežiūros bei aplinkos stimulų stokos žmogus psichiškai vystosi nepakankamai ir vėliau to kompensuoti ar pasivyti neįmanoma. Tam prieštarauja savęs stimuliavimo patirtys, apsaugančios nuo psichinės deprivacijos. Dėl to šiuo metu teorinė △ koncepcija dar neaiški. Ne visada socialinių ryšių praradimas sukelia psichikos sutrikimus. Ypač pavojingomis laikomos tokios △ situacijos: motinos nebuvimas, izoliacija, hospitalizmas, gyvenimo partnerio praradimas, nedarbas, susvetimėjimas sau pačiam, svarbiausių poreikių frustracija, kultūrinio pagrindo praradimas, statuso netekimas, aplinkos ar visuomenės žala, priverstinė vienatvė senatvėje.

Dėmesys – santykio su objektu formos, reikalaujančios didesnių ar mažesnių pastangų. △ funkciją skirtingos teorijos nusako nevienodai.

1) Kaip pavojaus signalo funkcija △ reiškiasi susitelkimu į objektą, pasirengimu reaguoti, tikslinga susijaudinimo būsena.

2) Kaip selektyvios funkcijos pagrindas yra △ paskirstymas ir svarbiausių stimulų išskyrimas.

3) Kaip apercepcinė funkcija △ reiškiasi sąmoningu susikaupimu, domėjimusi tam tikra tema ir impulsu pažinti tai, kas nauja (D. E. BERLYNE).

Dėmesį reguliuoja tiek vidiniai, tiek išoriniai veiksniai, t. y. asmeniniai motyvai, požiūriai ir interesai siejami su objektų valentingumu. K. LEVINAS valentingumu vadina objektų, asmenų, situacijų savybę atkreipti į save dėmesį (figūros ir fono skyrimas).

Kokybinė analizė išskiria tokias △ ypatybes: kryptingumas (pastovus: fiksacija; kintamas: išsiblaškymas; netikslingas: difuziškumas), apimtis (objektų išplitimo zona, jutimo organų fiksavimo pajėgumas), stiprumas (įtampa, sužadinimo laipsnis), trukmė (trumpalaikis △, pvz., išgąsčio reakcija, ilgalaikis △: vigilumas), selektyvumas (pvz., gebėjimas išgirsti triukšmo fone; CH. CHERRY), temiškumas (susikaupimas ir gebėjimas prisitaikyti abipusiam bendravimui).

Informacijos teorija ir kibernetika △ traktuoja kaip tam tikrą signalų apdorojimo normą (duomenų įvedimą, išvedimą).

Klinikinėje psichologijoje aprašomi trejopi △ funkcijų sutrikimai: reaktyvumo sutrikimas (nedėmesingumas), selektyvumo sutrikimas (selektyvumo trūkumas arba perdėtas selektyvumas – negebėjimas susikaupti) ir kognityvinis sutrikimas (pvz., nuolatinis nesidomėjimas).

Ekologinė psichologija. Jos pradininku laikomas W. HELLPACHAS („Geopsichologiniai reiškiniai", 1911), tyrinėjęs žmogų veikiančias geopsichologines ir bioklimatines įtakas (pvz., kraštovaizdžio pobūdis, oras, oro drėgmė, spalvos). Dabartinė △ yra aplinkos psichologija dvejopa prasme:

a) kaip aplinkos psichologija △ tiria aplinkos

poveikius tiek kaip visumą, tiek poveikį žmonėms;
b) kaip ekologinė intervencinė psichologija △ rūpinasi gyvenamosios erdvės kūrimu bei apipavidalinimu (pradedant būstais, baigiant visos žemės civilizacijos pertvarkymu). Toks „aplinkos vartojimas" tapo problemiškas ryšium su jos niokojimu. Psichologijos požiūriu svarbiausia problema yra „psichotopai", t. y. psichologinės gyvenamųjų erdvių sistemos, išreiškiančios (kaip biotopai fiziologine prasme) minimalius reikalavimus sveikai aplinkai palaikyti. Atskirai △ galima priskirti:
1) Klimato psichologijos klausimus, susijusius su jo poveikiu savijautai.
2) Būsto psichologijos tyrimus, susijusius su jo naudojimu, realizavimu, vieta.
3) Architektūros psichologijos problemas, apimančias namų apipavidalinimą bei funkcijas.
4) Miesto bei kaimo gamtovaizdžio psichologiją, nagrinėjančią natūralaus bei dirbtinio aplinkos tvarkymo temas.
5) Tyrimus, susijusius su darbo (ergonomika) bei laisvalaikio (žaidimų) organizavimu.
6) Ekstremalių gyvenimo sąlygų psichologiją (gyvenimas Arktyje, kosmose, jūros dugne, kalėjime, svetimose kultūrose).
7) Iš dalies ir meno psichologiją – kultūros vertybių vartojimo požiūriu.
Dėl tokios temų įvairovės △ tapo svarbia taikomosios psichologijos sritimi.

Eksperimentas, kaip metodas, labiausiai atitinka gamtamokslinių, ypač fizikinių, tyrimų idealą. Klasikinė △ forma yra išvadų darymo būdas. Atsižvelgiant į tai, kaip kinta tiriamieji dalykai (priklausomi kintamieji) keičiant pradinius duomenis (nepriklausomi kintamieji), sprendžiama apie pastarųjų įtaką ir abiejų kintamųjų priežastinius ryšius. Išvada laikoma pagrįsta tik įrodžius, jog yra tvirti vienareikšmiai pradinių duomenų ir jų padarinių ryšiai; ir yra nepagrįsta, kai šie ryšiai daugiareikšmiai (pvz., logikoje: sniegas būtinai baltas, bet kas balta – nebūtinai sniegas). Kadangi daugelis psichinių ryšių daugiareikšmiai, interpretuojant △ rezultatus būtinas kritiškas atsargumas. Tai labiausiai tinka klasikiniams △ kontroliuojamomis sąlygomis, daug mažiau būdinga kitų formų (tyrimo, žvalgomiesiems, kvazi-, lauko) △, kuriuose neskubama ieškoti priežastinių ryšių. Metodiką lemia 5 pirminės kritinės prielaidos:
1) planingumas (suderinimas su išbandytu tyrimo planu);
2) variantai (daugkartiniai nuokrypiai ir statistinis reikšmingumas);
3) pakartojamumas (tikslus aprašymas, kad △ galėtų pakartoti kiti);
4) kontrolė (kintamųjų kontrolė atliekant △, pvz., atsižvelgiama į tiriamojo motyvus);
5) įvertinimas (tinkamas tolesnis duomenų apdorojimas, pvz., abejotini pradiniai duomenys statistiškai nevertinami).

Elgesio terapija – grupė psichoterapijos metodų, kurie remiasi mokymosi teorijomis (pradedant I. PAVLOVO teorija). Pagrindas yra klasikinis sąlygojimas, operantinis sąlygojimas, išmokimas panašaujant ir kognityvinio mokymosi teorija. Pagrindinis △ modelis yra laipsniška trokštamo elgesio treniruotė, kurią sudaro atskiri žingsniai: konkreti elgesio analizė, mokymosi trukmės nustatymas, atskiro mažo žingsnelio mokymasis, naujo elgesio treniruotė, savikontrolės tarpsnis ir skatinantys užsiėmimai (pakartotinis mokymasis baigus terapiją – atgaivinimas to, kas išmokta). Daugybę metodų galima skirstyti į 5 pagrindines grupes.
1) Atmetimo metodais mėginama nuslopinti klaidingą elgesį. Vienas svarbiausių metodų – sisteminis jautrumo mažinimas (J. WOLPE), skirtas sušvelninti neurotines baimės reakcijas. Tai atliekama 3 etapais: gilaus raumenų atpalaidavimo treniruote, baimių sąrašo sudarymu, daugkartiniu baimės stimulo ir atsipalaidavimo derinimu: pradedant mažiausia, baigiant didžiausia baime.
2) Mokymosi metodai remiasi daugiausia operantiniu sąlygojimu (B. F. SKINNER) ir padeda kurti trokštamą elgesį. Svarbus metodas yra mokymasis pagal modelį (A. BANDURA). Tokio pakaitinio „mokymosi" metu sistemingai mėgdžiojamas pavyzdys; tai gali būti arba asmuo (pvz., terapeuto pagalbininkas), arba simbolis (pvz., figūra žaidžiant su lėlėmis), arba tik vaizdinys pagal aptartą modelį.
3) Konfrontavimo metodai skatina tiesioginį susidūrimą su baimės sukėlėjais (kai psichikos sutrikimų atveju žmogus išgyvena esmines ir periferines baimes). Svarbiausias yra potvynio metodas (J. MARKS). Klientas tiesiogiai ar tariamai verčiamas susidurti su baimės sukėlėjais.
4) Kognityvinės △ metodai elgesio treniravimą jungia su kognityviniu mokymusi. Svarbiausias metodas yra racionali emocinė terapija (A. ELLIS). Pradiniame etape nustatomos iracionalios mintys (pvz., perdėti lūkesčiai kitų žmonių atžvilgiu), tada kvestionuojama visa iracionali „įsitikinimų sistema", suformuluojama, kokios būsenos bus siekiama, ir bandoma prie jos artėti.
5) Bendri treniruotės metodai dažniausiai yra problemų sprendimo strategijos. Svarbiausias

metodas šiuo atveju – grįžtamojo ryšio treniruotė (T. BARBER), daugiausia skirta lavinti atsparumą stresui. Raumenų atsipalaidavimas registruojamas prietaisais ir iš karto pateikiamas žmogui akustiniu ar optiniu būdu. Žinia apie raumenų atsipalaidavimą (kraštutiniu atveju ši informacija netgi simuliuojama) žmogų pozityviai pastiprina ir taip jis įpranta nusiraminti savaime.

Emocijos – plati sąvoka, apimanti visus jausmų procesus. Dėl begalinės jausmų formų įvairovės △ sunku apibrėžti kaip vientisą psichinę reikšmę. Iki šiol egzistuoja tik nominalistiniai △ apibūdinimai, leidžiantys klasifikuoti △ vien taksonomiškai (jokiu būdu ne taksometriškai). Nepaisant to, kiekvienas atpažįsta tam tikras įvardytas išgyvenimų būsenas. Geriau jas suprasti padeda 4 populiariausi aprašymai:
1) Naujesnės teorijos, pvz., konteksto ir diferencijavimosi (SCHACHTER, SINGER, LAZARUS, IZARD), iš esmės tiria jausmo kaip įvykio tiek neatskiriamus, tiek ir ne tokius būtinus aspektus. Besąlygiškai būtinais laikomi šie 4 aspektai:
a) kiekvienu atveju būna △ sužadinantis pagrindas, atsispindintis kaip susijaudinimas ar nerimas (jausmų gaisras);
b) △ pasižymi valentingumu (K. LEWIN), t. y. atitinkamu vertinančiu išgyvenimu: maloni nuotaika arba nemalonus nepasitenkinimas;
c) su △ dažniausiai yra persipynę įsivaizdavimai, pradedant visaapimančiais schemiškais įspūdžiais, baigiant išgyventų jausmų įspūdžiais;
d) △ yra psichinio aktyvumo būsena, kuriai, kaip ir kitiems psichiniams procesams, būdingos 3 eigos stadijos: sužadinimo fazė (vidinės arba išorinės priežastys), stabilumo fazė (trumpalaikės ar ilgalaikės △) ir pabaigos fazė (jausmų bangos nuslūgimas).
2) △ intensyvumas nevienodas. Silpnos △ paprastai vadinamos nuotaikomis ar ūpu, stipriausios – afektais. Žinoma, △ įvairiai vadinamos ir dėl skirtingų šalių ar tautų kalbos tradicijų.
3) Jausmai plinta (△ iradiacija) ir slopsta (jausmų nuovargis). Aktualizavimas priklauso nuo to, kas juos sukelia; tačiau jausmus galima sukelti ir dirbtinai (jausmų spazmai) arba jų poveikį slopinti.
4) △ yra subjektyviausi psichiniai reiškiniai. Todėl įvairiose kalbose jausmai turi daugybę pavadinimų, kuriuos sunku susisteminti. Šioje knygoje (žr. XI) pagal santykį su gretimomis sritimis △ skirstomos į 5 dideles grupes – tai somatinės, situacinės, socialinės, kognityvinės ir meditacinės △. Patologiniai jausmų sutrikimai grupuojami į 4 grupes: paratimijos (padidėjęs jautrumas, hipochondrija, hipotimija, hipertimija, pvz., jausmų audros), afektinės neurozės (afektų pasireiškimai fobijų, įkyriųjų būsenų, isterijos, paranojos atveju), sociopatiniai sutrikimai (konfliktiškumas, konfliktų vengimas ir kt.) ir depresyvumas (↗ *Depresyvumas*).

Ergonomika – speciali tarpšakinė darbo mokslo sritis, tirianti, kaip sistemoje žmogus–mašina optimaliai pritaikyti techniką prie žmogaus ir atvirkščiai, kad ir darbas būtų produktyvus, ir žmogus dirbdamas jaustų didesnį pasitenkinimą. △ sąvoka sudaryta iš senovės graikų kalbos žodžių *ergon* (darbas) ir *nomos* (dėsnis). Pirmą kartą ši sąvoka pavartota 1857 m. lenkų žurnale „Gamta ir pramonė"; ten apie △ rašoma: „Ji padės mums savo ir kitų labui geriausiai naudotis šio gyvenimo vaisiais, įdedant mažiausiai pastangų gauti didžiausią pasitenkinimą; tai yra teisinga ir naudinga kitų ir savo pačių atžvilgiu". Vėliau racionalistai, laikydamiesi šių aukštų moralinių reikalavimų, siekė pagerinti dirbančio žmogaus ir mašinų funkcijų (technikos) abipusę sąveiką. Žmogus ir mašina laikoma viena sistema, kuri veikia kaip visuma. Prie dirbančio žmogaus veiklos ypatumų priklauso fizinis bei protinis krūvis, atsakomybė, darbo grupė, rizikos laipsnis, poilsio poreikis, užmokestis ir kt.; mašinų funkcija siejama su gamybos procesu, mašinų konstrukcija, darbo medžiagos savybėmis, darbo vietos ypatumais, darbo duomenimis, laiko limitu, logistine eiga (pvz., konvejeris), bioklimatinėmis apkrovomis. Šie ir kiti požymiai yra susipynę ir kaip ergonominė struktūra gali būti pagerinti tik derinant juos tarpusavyje.

Faktorių analizė – statistinis metodas, padedantis nustatyti pagrindinius kintamuosius (t. y. faktorius), kad būtų įmanoma iš daugybės fenomenalių ryšių išskirti hipotetinius dydžius, kurie paaiškina tiriamųjų fenomenų koreliacinį gimininguma. Pabrėžtini 3 svarbūs metodo žingsniai:
1) Bendrumo įvertinimas susijęs su kiekiu pasirinktų pagrindinių kintamųjų, kurių variacijos dalis (nustatyta pagal bendruosius faktorius) optimaliai sutampa su bendrąja variacija.
2) Ekstrahuojant faktorius išskiriami bendrieji, grupiniai ir pavieniai faktoriai, tai padeda iš visų tiriamųjų dydžių išskirti esminius tiriamuosius.
3) Skaičiuojant remiantis kampų funkcijomis, koordinačių ašys taip pasukamos, kad atliekant △ pagrindinės kintamųjų grupės išsidėsto dešiniajame koordinačių sistemos kampe. Kiekvie-

name iš 3 žingsnių naudojamasi atitinkamais skaičiavimo būdais. Kiti panašūs į Δ metodai yra diskriminantinė analizė (apskaičiuojamos skiriamosios funkcijos kintamiesiems skirstyti į klases). Klasterių analizė (tarpusavyje susijusių pogrupių, t. y. klasterių, rūšiavimas esant mažoms statistinėms prielaidoms), konfigūracinė dažnių analizė (laisvojo skirstinio multivariacinis modelis, įgalinantis nustatyti tipus ar sindromus).

Fenomenas – pirminis tiesioginis išgyvenimas ir jo reflektyvus suvokimas. Kaip išgyvenimo objektas Δ apibūdinamas nevienodai. Kai kurie teoretikai Δ supaprastina iki jutimiško suvokimo, kiti išplečia iki už laiko ribų išeinančių išgyvenimų, atminties vaizdinių, mintinio planavimo, emocinių būsenų bei neurotiškų pojūčių. Kai kuriose fenomenologinėse teorijose pagal išgyvenamą santykį skiriamas fenomenalus Aš ir fenomenalus laukas; pirmasis suprantamas kaip vidinis sąmonės aktas, antrasis – kaip internalizuotas stebėjimo laukas.
Fenomenologinės psichologijos teoriniai pagrindai yra tokie: suvokimo išgyvenimo empirinis pagrindimas (pvz., struktūros ypatumai – geštaltinė psichologija), intuityvaus ar racionalaus suvokimo tikslingi aktai jų realios egzistencijos akivaizdoje (tikrumas, patikimumas – aktų psichologija), įgimta saviraiškos tendencija, skatinanti žmogų tapti tuo, kas jis iš tikrųjų yra (humanistinė psichologija).
Metodiniu atžvilgiu pirmiausia tiriama išgyvenimo diferenciacijos kokybė. Metodai labai įvairūs: nuo paprastos savistabos ir savo išgyvenimo aprašymo (introspekcija) iki socialiniopsichologinio išgyvenimo supratimo – socialinės apžvalgos (visuomenės apklausos), padedančios surinkti svarbiausius duomenis tolesniam kokybiniam aiškinimui. Ne tik fenomenologinėje psichologijoje, bet ir kitose psichologijos mokyklose bei šakose fenomenologinė analizė yra pirmas, parengiamasis žingsnis į kūrybišką, pažangią metodologiją.

Gelmių psichologija – teorinė ir terapinė kryptis, kurios pagrindas S. FREUDO psichoanalizė; didžiausią reikšmę ji teikia nesąmoningiems potraukiams bei galioms. Yra įvairių Δ pagrįstų asmenybės modelių. Ortodoksinė psichoanalizė skiria tris svarbiausias asmenybės struktūros dalis: Id, Ego ir Superego. Ego – tai tiek Id (pagal potraukiais pagrįstą malonumo principą), tiek Superego (pagal realybės principą) atakuojama asmenybės dalis, siekianti išsaugoti save, padedama gynybos mechanizmų. K. G. JUNGO analitinės psichologijos modelį iš dalies galima lyginti su svogūnu: po daugybe lukštų glūdintis branduolys – niekad neįsisąmoninama kolektyvinė pasąmonė, kurios visai žmonijai bendri archetipai nepastebimai sąlygoja žmonių reakcijas. Kaip teigiama A. ADLERIO individualiojoje psichologijoje, kiekvienas žmogus vaikystėje aplinkos atžvilgiu yra silpnas. Šį menkavertiškumo jausmą jis mėgina kompensuoti siekdamas pranašumo. Taip susiformavę nesąmoningi gyvenimo tikslai, tapę sustingusiais dariniais (dėl nesėkmingos kompensacijos), gali sukelti psichikos sutrikimus. Logoterapijos ir egzistencinės analizės kūrėjas V. E. FRANKLIS pasąmonę sieja ne su Id, ne su kolektyviniu branduoliu ir ne su nesąmoninga veikla, bet su dvasiniu prasmės ieškojimu; panašiai ir H. KOHUTAS Ego analizėje daugiau kalba apie pasąmoninį narcisizmą. Visos šios Δ formos praktine prasme yra „gydymas" pokalbiu, padedantis įsisąmoninti pasąmonėje glūdinčius dalykus.

Geštaltas – CH. VON EHRENFELSO (1890) įvesta sąvoka, apibūdinanti santykinius vienetus jungiančio sąryšio pobūdį. Pabrėžiami 4 svarbiausi suvokiamo Δ požymiai: figūros raiškumas (vyravimas kitų Δ elementų atžvilgiu), kokybinė visuma (pagrindinė forma yra reikšmingesnė nei atskirų dalių suma), perkeliamumas (galimybė perkelti tam tikrą visumą) ir santykinės ribos (raktinis dirgiklis perteikia viso Δ sampratą).
Geštalto psichologijos tyrimų tikslas – visų pirma paaiškinti faktorius, kurie suvokimo, atminties, mąstymo, mokymosi, veiklos srityse iš esmės daro įtaką elementų struktūros santykiams. Prie svarbiausių faktorių priskiriami: geras Δ (pvz., grupavimas), uždarumas (vientisumas), vienodumas, kaimynystė, gera kreivė, simetrija, inversija, pastovumas, nenutrūkstamas judėjimas. H. HELSONAS (1933) surado per 100 kitų Δ faktorių. Δ teorija vaisingai veikė daugelį kitų disciplinų (fiziologiją, biologiją, pedagogiką ir kt.).

Gyvūnų elgsena. Zoopsichologija, kaip biologijos ir psichologijos disciplina, yra ir elgesio teorija, ir lyginamoji psichologija. Pastaroji, jau išeidama už zoopsichologijos ribų, atskleidžia ryšį tarp smegenų išsivystymo lygio ir elgesio sudėtingumo, tai leidžia įvertinti visų gyvų būtybių (taip pat ir žmogaus) smegenų veiklos ypatumus. Elgesio teorija remiasi stebėjimais ir eksperimentais (pvz., dresavimo eksperimentai). Pagal ryšį su neuronuose vykstančiais procesais Δ galima suskirstyti į 4 grupes.

1) Paveldėta elgsena egzistuoja kaip fiksuota stimulo ir reakcijos forma.
2) Stereotipinė elgsena yra mažiau sąlygota ir reiškiasi per įgimtus sužadinimo mechanizmus; kadangi tokią elgseną (pvz., sekiojimas paskui motiną) sukelia tik tam tikri požymiai, taip gali elgtis ir kitos būtybės (ir su kitais objektais); formavimosi laikotarpiu tai gali skatinti instinktyvų elgesį.
3) Išmokta elgsena papildo anksčiau aprašytąsias ir įgyjama sąlyginių refleksų (sąlygojimo) būdu; ji gali vėl išnykti, jei nėra pastiprinama paveldėtu ar kitu išmoktu elgesiu.
4) Protinga elgsena būdinga tobulesniems gyvūnams, gyvenimo uždavinius sprendžiantiems kognityvinio apdorojimo būdu, kai veiksmai yra iš anksto „apsvarstomi".
Visos šios 4 elgsenos pakopos nagrinėjamos tiriant svarbiausius jos kompleksus (dauginimąsi, orientaciją, socialinę elgseną). Čia ypač svarbu suprasti elgsenos semantiką (kūno reakcijų išraiškas), t. y. maitinimosi, ryšio, priežiūros bei kovos reikšmes.

Grupės dinamika – K. LEWINO (1936) sukurta grupės socialinės psichologijos disciplina, tirianti bei apibūdinanti dinamines grupių „jėgas" ir daranti joms įtaką. Grupės analizei svarbiausios 3 požymių sritys: aplinkybės (grupės dydis, teritorija, grupės uždarumas ir kt.), grupės raida (sukurta ar išaugusi grupė, dalyvavimo grupėje trukmė, pokyčių kryptis ir kt.), grupės motyvacija (grupės atmosfera, santykių pobūdis, bendri tikslai ir kt.).
Aprašant grupėse vykstančius procesus pabrėžiamos 4 tvarkos sritys: rangų struktūra (hierarchija: kas vadovauja, kas paklūsta), vaidmenų struktūra (grupinių funkcijų sistema, pvz., abipusė pagalba), ryšių struktūra (trokštamų ryšių tarp grupės narių ypatumai bei išoriniai ryšiai), normų struktūra (daugiausia nerašytos ir nereflektuojamos elgesio taisyklės).
△ reikalinga ne tik grupės analizei (pvz., grupės atmosfera), tačiau ir padeda grupę suburti bei gerinti jos laimėjimus.

Hipnozė – dirbtinai sukelta į miegą panaši būsena, tačiau ryšys su hipnotizuotoju išlieka. Pagal gilumą skiriami 3 △ lygiai:
Somnolencija (lengva transo būsena; taip pat letargija, dar vadinama pseudo △), hipotaksė (dalinis ar visiškas nejautrumas dirgikliams, išskyrus ryšį su hipnotizuotoju; dar vadinamas paratakse) ir somnambulizmas (visiško transo būsena, kurios vėliau neatsimenama). Šį dar senovėje pažintą reiškinį bando aiškinti daugybė teorijų (pvz., miego, savitaigos, kognityvinio ryšio teorijos).
△ gali būti sukeliama įvairiais būdais: spontaniška △ (susižavėjimo atveju), sensorinė △ (sutelkiant dėmesį), žodinė įtaiga (migdančios, raminančios frazės). △ naudojama klinikinėje psichologijoje siekiant atpalaiduoti žmogų (katarsinė △) ar pašalinti netrokštamą elgesį, pvz., alkoholio vartojimą (aversinė △), taip pat ugdyti trokštamą elgesį, pvz., pasitikėjimą savimi (atpalaiduojanti savihipnozė) bei modeliuoti būsimą elgesį (profilaktinė △). Kitos △ formos yra aktyvioji △ (kai kartu veikia ir hipnotizuojamasis), autohipnozė (sau pačiam sukeliama △), grupinė △ (kai hipnotizuojami keli klientai).

Hipotezė. Kuriant tyrimo projektų strategiją (nustatant tikslus, parenkant metodus, planuojant ir atliekant bandomąjį tyrimą, apdorojant duomenis, interpretuojant) keliamų △ uždavinys – numatyti tikėtinus empirinius rezultatus, kurie vėliau (eksperimentuojant) būtų patvirtinami (verifikuojami) arba atmetami (falsifikuojami). Formaliu požiūriu galima skirti pradines △ (bandomieji žingsniai kuriant teoriją) ir sprendimo △ (arba–arba klausimo išsprendimas), taip pat nulines △ (formuluojami spėjimai apie dar nežinomo ryšio egzistavimą) ir alternatyvias, arba darbines (formuluojami teiginiai apie tikėtinus ryšius), △.
Teminiu požiūriu aprašomos 4 △ grupės: tyrimo △ (teorijos formulavimo stadija), ryšio △ (priežastinių ryšių aiškinimas), pokyčių △ (prielaidų tikrinimas), atskiro atvejo △ (konkrečių pavienių faktų tikrinimas).

Humaniškumas – aukštą moralę išreiškianti sąvoka, įdomi taip pat psichologijai. △ suprantamas trejopai:
1) kaip žmogų iš kitų būtybių išskiriančių ypatybių apibūdinimas;
2) kaip žmogaus teisių, kurias jis vertina kaip neatimamus reikalavimus sau ir visuomenei, nusakymas;
3) kaip postuluojamas tikslas patirti ir kurti save.
Visos šios kategorijos susijusios su tam tikromis vertybėmis ir pasaulėžiūra, todėl drauge jų neįmanoma apibrėžti.
1) Pirmoji požymių grupė dažniausiai nurodo žmogaus tapsmo (humanizavimo) prielaidas: pvz., jo protinės funkcijos, didelių bendruomenių kūrimas arba techniniai laimėjimai.
2) Šią grupę stipriausiai veikia ideologijos, tokios kaip antikinė, krikščioniškoji, pragmatiškoji, kapitalistinė, marksistinė, ekologinė, demokratinė ir kt. Nusakomos žmogaus prasmės ir tikslo gairės.

3) Tikrąją psichologinę šios sąvokos reikšmę atspindi trečiasis apibūdinimas: žmogus privalo „susitikti su savimi", t. y. atitikti tiek bendrą, tiek individualų žmogaus vaizdą. A. MASLOW pirmasis šį tikslą traktavo kaip saviraišką. Čia kalbama daugiau ne apie savanaudišką savimeilę, bet apie bandymą patirti save, tapti brandžia asmenybe.

Individualioji psichologija – kaip opoziciją S. FREUDO psichoanalizei Alfredas ADLERIS sukūrė gelmių psichologiją ir psichoterapiją. Teorinis pagrindas yra požiūris į žmogų kaip į visumą. Dėl patirtų skriaudų (savo silpnumo, bejėgiškumo ir priklausomybės išgyvenimo, šeimoje patiriamo socialinio silpnumo, vietos vaikų eilėje, organų menkavertiškumo, apskritai dėl žmogaus pažeidžiamumo kitų būtybių atžvilgiu ir daugybės kitų diskriminacijų) ankstyvoje vaikystėje susiformuoja kompensacinis valdžios troškimas, kuriam būdingas tam tikras pranašumo jausmas. Neurotinių nukrypimų atsiranda tada, kai prie perdėto nervinio jautrumo prisideda pranašumo (fiktyvaus), dengiančio menkavertiškumo jausmą, siekimas. Neurotikas pasižymi „mazochistiniu charakteriu" (ADLER), vedančiu į „asmenybės suskilimą". Perdėtai kompensuojant klaidingų gyvenimo tikslų sąlygojamus fiksuotus aplinkkelius, bandoma netinkamu būdu išvengti konfliktų. Tačiau žmogui būdingas visuomeniškumo jausmas, jo dėka jis pajėgus išsivaduoti iš menkavertiškumo, įveikti egoistinius polinkius, produktyviai tarnauti kitiems ir puoselėti asmenine atsakomybe grindžiamus santykius su kitais žmonėmis.
Individualiąja psichologija pagrįsta terapija yra sielovada (psichogogika), bandymas nustatyti klaidingus individo tikslus, išryškinti jų mazochistinį pobūdį ir pradėti kurti pozityvinius planus. Kadangi gyvenimo tikslai kuriami vaikystėje, vykdyti šį uždavinį reikėtų pradėti kuo anksčiau. Ryšium su tuo ADLERIS įkūrė ne vieną auklėjimo konsultaciją, kad mokant tėvus △ idėjos darytų įtaką ir vaikams. Naujojoje △ šie siekiai realizuojami konsultavimo praktikoje.

Intelektas – įvairialypė „geba įgyti gebėjimų", padedanti spręsti mokymosi, profesinius bei apskritai gyvenimo uždavinius. Psichologiniuose △ tyrimuose keliami 2 svarbiausi tikslai – aprašyti △ struktūrą ir veiksnius.
a) Iš pradžių (SPEARMAN, BINET, TERMAN) buvo nagrinėjamos įvairios △ dalys ir jų struktūriniai ryšiai. GUILFORDAS parengė trimatį erdvinį △ modelį, apimantį 120 įvairiausių △ aspektų. MEILI dvimačiame modelyje išskirtos pirminės △ savybės, sudarančios 8 pakopų △ profilį.
b) △ faktorių aprašymuose remiamasi intelektinio elgesio faktorių analize. SPEARMANAS bendram aukštesniajam △ faktoriui, išreiškiančiam protinį pajėgumą, priešpriešino daugybę atskirų faktorių, nusakančių individualius △ gebėjimus. Prie šių faktorių priskiriami kalbos gebėjimai, sprendimo radimo, praktiniai bei techniniai gabumai, erdvinės vaizduotės galimybės, atmintis, formos suvokimas, ištvermė, sumanumas (laikomi stabiliomis △ laimėjimų prielaidomis).
Be to, naujais △ tyrimais (STERNBERG) nustatyta, kad △ lygis priklauso nuo situacijos (aplinkybių) ir kryptingų reguliavimo procesų abipusio ryšio. Dėl taip pakitusio požiūrio tyrimo akcentai buvo perkelti į konkrečius △ rezultatus (SIMON) ir visuminius kognityvinio problemų sprendimo bei informacijų apdorojimo procesus (NEISSER). Taigi △ sąvoka buvo išplėsta, dabar ji apima ir kūrybinius gebėjimus.

Išraiška – akivaizdus elgesio pakeitimas, sudarantis emocinį, kognityvinį, socialinį įspūdį, perteikiantis įvairius vidinius procesus, todėl vertingas diagnozavimui. Aplinkinio pasaulio raišką žmonės suvokia nevienodai, o pagal interesų sritis, įspūdžio ir △ akcentai yra inter- ir intraindividualūs. Paprastai skiriama gamtos (pvz., ramus jūros vaizdas), miesto arba technikos △ (pvz., architektūra) ir kūno △. Pastarosios vaidmuo psichologijai itin reikšmingas jau nuo pat △ tyrinėjimo pradžios (daug labiau nei dabar) XVIII–XIX a. (LICHTENBERG, LAVATER, PIDERIT, DARWIN). Svarbiausia to priežastis buvo paplitę nemoksliniai △ aiškinimai, nepagrįstai bandę △ požymiams priskirti nekintamas reikšmes. Mokslinė psichologija, tyrinėjanti △, priešingai, pripažįsta tik daugiareikšmius ryšius (tai garantuoja interpretavimo skvarbumą), nes △ turiniai gali būti pakitę dėl daugialypių įtakų (pvz., tyčinė vaidyba). Todėl populiaresnės dvilypės △ teorijos; jos △ laiko tiek iškrova (psichinio proceso sukelta kūno reakcija), tiek atitikimu (abipusiu psichosocialiniu ryšiu su atlikimo – vaizdavimo funkcija).
Atsižvelgiant į šį apribojimą ir siekiant geriau suprasti asmenybę, be įvairių △ būdų (mimika, laikysena, gestai ir kt.), skiriamos ir skirtingos △ funkcijos: reaktyvi △ (sukelta situacijos, pvz., kito žmogaus juoko), simbolinė △ (šukuosena, grimas ir kt.), įprasta △ (pvz., susidariusios pykčio raukšlės), vegetacinė △ (pvz., paraudimas), žodinė ir nežodinė △ (kalba ir kalbą papildantys judesiai), tikslinga △ (aktoriniai efektai), konvencionali △ (įprastas elgesys visuomenėje).

Išstūmimas – viena svarbiausių FREUDO įvestų sąvokų, atspindinti gynimąsi nuo smerktinų potraukių. Jo ekonomiškame asmenybės modelyje „veržlusis" libido susiduria su įvairiais gynybos mechanizmais, kurių svarbiausias yra Δ. Dėl jo potraukiai (ir su jais susiję vaizdiniai), konfliktuojantys su kitomis vidinėmis jėgomis (pvz., Superego sąžinės balsas), nustumiami į pasąmonę ir ten sustingdomi. Pirmojoje išstūmimo fazėje smerktinoms fantazijoms yra neleidžiama įsisąmoninti, t. y. joms trukdoma grįžti į atmintį. Jei Δ tampa neurotiniu „kristalizavimosi branduoliu", šis gynybos procesas virsta patologišku. Pasak FREUDO, žmogaus Ego tam tikram smerktinam susijaudinimui pasipriešina „kontrpuolimu", o tai kartu su išstumto susijaudinimo energija skatina simptomų atsiradimą arba, kitu atveju, kuriama tam tikra reakcija (reakcijos formavimas), sustiprinamos atitinkamos dispozicijos, ir šie išliekantys pokyčiai įtraukiami į Ego. Trečiojoje fazėje, kai aktualūs įvykiai sužadina išstumtą medžiagą ir sumažėja „kontrpuolimas", išstumtasis turinys grįžta į sąmonę. Taigi neurozės simptomai yra dariniai, atspindintys išstumtų ir išstumiamų vaizdinių, kurie dėl iškraipymų ir sutirštinimų pakitusia forma (kaip sapne) išreiškia nepatenkintus potraukius, kompromisą.

Įtaiga – prievartinis poveikis vengiant racionalaus įtikinėjimo. Kasdieniniai Δ būdai bei tikslingi manipuliaciniai reklamos, politikos, terapijos ir kt. poveikiai labai skirtingi. Yra 10 pagrindinių Δ metodų: kartojimas (nuolat kartojama tas pats, kol susilpnėja klausančiojo pasipriešinimas), sužavėjimas (psichologinis apakinimas, pvz., prikaustomas dėmesys, užliūliuojamas kritinis sąmoningumas), apstulbinimas (mąstymo užtvindymas nepagrįstais labai įtikinamais vertinimais), rangavimas (fizinis bei emocinis kurstymas įtaigiai patraukiant į savo pusę), kohezija (daugumos veikiamas socialinis spaudimas), perspektyvos teikimas (suvedžiojimas ateities viltimis užbėgant už akių), išlaisvinimas (pabėgimo potraukio sužadinimas siekiant įveikti dabartinį prisirišimą), simbolių naudojimas (sudominimas nepaprastomis gudrybėmis, t. y. raktiniais dirgikliais kaip galimybe sužadinti esminius poreikius), tapatinimasis (susitapatinimas su tuo asmeniu, kuriuo žavimasi, pvz., pristatant save kaip atstovaujantį stipriam autoritetui), nukreipimas (kontrastinė įtaiga, pvz., sofistinis perdėjimas, kai priešinga pozicija tariamai perimama arba ironišku, neagresyviu būdu sumenkinama). Manipuliacijos, kaip sustiprinta Δ, padeda dar sistemingiau padidinti žmogaus įtaiglumą, siekiant jį paveikti dar giliau, pvz., įsikišti į mąstymo procesą, įaudrinti jausmus, priderinti prie viešpataujančios ideologijos, sužadinti tam tikrus poreikius.

Kalba – „tam tikras taisykles atitinkanti informacijos sistema" (AUSTIN, SEARLE), skirta perduoti įvairiausias skirtingo abstraktumo lygio žinias. Žemiausio lygio Δ yra viena iš nežodinio bendravimo formų (pvz., susižavėjimo šūksnis), aukščiausio lygio Δ yra abstraktus sąvokinis pranešimas (mokslo Δ) arba kerinti vaizdinių išraiška, kuriai būdingas tam tikras ritmas bei rimas (poezija). Δ yra ženklų sistema, kurios dėka bendraujantieji, naudodamiesi ženklais, tam tikrus faktus, aplinkybes susieja su atitinkamomis reikšmėmis (etimologinė konvencija). Kalbamą teksto informaciją papildo tam tikras tonas, kirčiavimas ir kt. kalbėjimo veiksniai, pvz., artikuliacija. Kalbos išmokimas priklauso nuo periferinių funkcijų (apie 70 raumenų grupių, gerklos ir kt.), centrinių funkcijų (CNS sistema su jutiminiais ir motoriniais kalbos centrais), socialinių bei psichologinių paskatų (pvz., kalbinė aplinka), Δ veiklos (reikalavimai ir galimybės kalbėti), kultūrinių sąlygų (visuomeninis Δ lygis, pvz., žiniasklaidos įtaka).
Sudėtingą Δ išmokimą gali sutrikdyti įvairūs dalykai. Skiriami tokie svarbiausi Δ sutrikimai: mikčiojimas (toninis = blokuojamasis, kloninis = trūkčiojamas kalbėjimo tėkmės sutrikimas), lemenimas (nepakankamas garsumas, netinkamas skiemenų, žodžių kūrimas), šūkalojimas (sutrikdytas, iškreiptas, painus kalbėjimas), afazija (visiškas ar dalinis gebėjimo kalbėti praradimas), šveplavimas, neurozinė afonija (isteriškas kuždėjimas), legastenija (skaitymo, rašymo sunkumai). Specifinė Δ sutrikimų terapija – tai mėgdžiojimo (receptyvi) ir mokymo (produktyvi) reabilitacija, kitaip tariant, kalbos „gydymo" mokslas (foniatrija).

Kentėjimas – psichinė reakcija į kenkiančius ar slegiančius įvykius. Pagal reagavimo būdus SCHULTZ-HENCKE skiria triukšmingąją ir tyliąją Δ formas; taip pat galima paminėti atvirą (žodinę ar nežodinę, pvz., iškreipta mimika) bei maskuojamąją (dažniausiai nežodinę) Δ raišką. Δ patyrimo skalėje viename poliuje galėtų būti aktyvi gynyba (sąmoningas, kompensacinis linksmumas), viduryje – Δ be pasipriešinimo, kitame poliuje – žlugimas su liūdnais padariniais (iki susinaikinimo). Galima skirti „normalų" ir „patologišką" (chroniškumo formavimasis) reagavimą į Δ. Svarbi yra ne tik individuali, bet ir aplinkos reakcija: ji gali žmogų sustiprinti (pvz.,

parodant antrinę ligos naudą) ar susilpninti (pvz., daugkartiniai guodimai). Turinio prasme △ nagrinėjamas 5 aspektais: kaip psichofizinė reakcija į skausmą, kaip psichologinė gedėjimo reakcija, kaip savižudybių prevencija, kaip reakcijų į mirtį ir mirimo procesą teorija, kaip mokslas apie kenčiančias nusikaltimų aukas ir pagalbą joms. Visos šios disciplinos svarsto △ būsenos priežastis, analizuoja žalą, kenčiančiojo sąveiką su aplinka (iš dalies ir žalos sukėlėjais) ir požiūrį į savo sielvartą (pvz., budistų pasaulėžiūra) bei terapines pagalbos galimybes.

Kognicija – bendra sąvoka, apibūdinanti sąmoningomis pastangomis vykstantį objektų radimą, suvokimą, atpažinimą, supratimą, skyrimą, grupavimą, vertinimą, teminį nagrinėjimą ir kt., įvairius transformacijos procesus (nuo konkretinimo iki abstrahavimo), △ terminas platesnis už mąstymo sąvoką (ankstesnieji mąstymo psichologai: KÜLPE, BÜHLER, DUNCKER); jis apima tiek miglotą žinojimą, tiek apibrėžtų galimybių svarstymą (abstrakčios žinios) bei įsisąmoninamo turinio struktūros keitimą. Šis turinys gali būti ir migloti vaizdiniai, ir abstrakčios sąvokos, jų kombinacijos, mąstymo operacijos (pvz., „jei – tai" ryšiai).
△ teorijos nagrinėja tiek mąstymo elementų sąryšio pobūdį (mediacijos teorija), mąstymo struktūrinių darinių pokyčius (struktūros keitimo teorija), tiek evoliuciškai sąlygotą įgimtų orientacinių reakcijų raidą (eksploracijos teorija), tiek atskirų protinių gebėjimų taikymą (faktorių teorija), tiek mąstymo eigą nuo problemos aptikimo iki išsprendimo kaip informacijos apdorojimo procesą (pakopų teorija), tiek mąstymą kaip biosisteminę savireguliaciją (kibernetinių reiškinių teorija). Dėl procesų gausybės nepavyksta išskirti atskirų △ tipų. Vietoj to bandoma eksperimentais pagrįsti bendruosius △ požymius: kognityvinis stilius (individualūs informacijos apdorojimo ypatumai), mąstymo formos (aksiominės taisyklės), sprendimo procesai (pvz., refleksyvumas, impulsyvumas), mąstymo eigos fazės (kognityvinių žemėlapių kūrimas, problemų išskyrimas, sprendimo schemos ir pan.). Kitos artimos nagrinėjamajai tyrimo temos yra ↗ *intelektas, kūrybiškumas, metapažinimas* ir *dirbtinis intelektas*.

Konfliktas – dviejų ir daugiau aplinkybių arba priešingų nesuderinamų elgesio tendencijų susidūrimas. Daugumos teorijų atskaitos taškas – ne prieštaringi turiniai, bet △ aplinkybių struktūra.
1) Bihevioristinės △ teorijos skiria artėjimo ir vengimo △; △ intensyvumą ir trukmę sąlygoja įvairūs artėjimo ir vengimo deriniai.
2) Fenomenologinės teorijos daugiausia nagrinėja, kaip △ patiriamas, t. y. prieštaringus, neaiškius, slegiančius, keliančius frustraciją ir kt. išgyvenimus.
3) Kognityvinės △ teorijos tiria, kaip △ atsiradimą lemia vertinimo ypatumai: konkuruojančios alternatyvos, neįprastos situacijos, nuomonių ar informacijų disonansas ir pan.
4) Psichosocialinės △ teorijos dažniausiai orientuojasi į grupės dinamikai būdingus △ procesus: konkurencija, ginčai dėl rangų, vaidmenų, ryšių ar normų, rasiniai ir tarptautiniai △.
5) Motyvacinės teorijos tiria, kokie motyvai skatina spręsti ar palaikyti △: gynybiškumas, harmonijos poreikis, agresija, slėpimo tendencijos ir kt.
6) Klinikinės psichologijos △ teorijos, grindžiamos gelmių psichologijos mokykla, pabrėžia △ atsiradimo bei sprendimo nesąmoningumą: gynybos mechanizmai, prieštaringos gyvenimo gairės ir kt.
△ teorijos siekia ne tik paaiškinti △ priežastis, bet ir teoriškai apibūdinti galimus sprendimo būdus – tai nusileidimas, priešininkų išskyrimas, situacijos nuskaidrinimas kompromisu arba dažnai neatpažintos △ genezės analize.

Konsultavimas – tikslingas bendravimas, kai konsultantas (rečiau keletas jų) ką nors pataria asmeniui ar asmenų grupei. Iš tokios konsultavimo specifikos kyla 3 klausimai:
1) △ visada yra dalijimasis tam tikromis žiniomis. Konsultantas aptariamus dalykus išmano daugiau ar mažiau geriau nei konsultuojamasis. Jiems bendraujant ir mažėjant konsultanto ir konsultuojamojo žinių skirtumui, pastarasis puoselėja tikslingus lūkesčius – siekia perimti veiksmų bei elgesio instrukcijas. Psichologinio △ turinys gali būti susijęs su taikomąja psichologija (bendravimo, organizavimo, planavimo, profesinio orientavimo ir kt. △) ar klinikine psichologija (palaikomasis △, auklėjimo, mokymosi patarimai, △ dėl liguisto potraukio ir kt.).
2) Konsultuojamasis (recipientas) turi tam tikras žinias ar nuostatas, kurios gali tapti trokštamų pokyčių pagrindu arba jiems trukdyti.
3) Konsultantas tikslą įsivaizduoja savaip, tai taip pat veikia △ procesą. Kiekvieno konsultavimo uždavinys – nuo sutampančių interesų pereiti iki abipusiai pripažįstamų kompromisinių tikslų. Nuo tokio susitarimo priklauso, koks intervencijos būdas bus pasirinktas ir kokie bus sprendimo žingsniai (derybų pradžia, susitarimas dėl tikslų, konsultavimo etapai, veiklos planavimas, elgesio kontroliavimas).

Kontrolė bendrąja prasme – tai papildomas patikrinimas arba stebėjimas, psichologine prasme – tai valdymas remiantis tam tikromis taisyklėmis.
1) △ kaip kontroliavimo motyvas yra savo paties (savikritika) ar kitų (kritika) elgesio arba nusistatytų principų (atribucijos, išankstinių nuostatų, požiūrių, įsitikinimų ir kt.) korekcija.
2) Metodiniu požiūriu △ – tai tam tikrų eksperimentinei tiriamųjų grupei įtaką darančių veiksnių apribojimas. Eksperimentinės grupės rezultatai paprastai lyginami su kontrolinės grupės (kuriai aplinkos veiksnių įtaka neapribojama) rezultatais.
3) Sistemingas žinomų ar nežinomų veiksnių paskirstymas – tai būdas tolygiai paskirstyti (subalansuoti) eksperimentinę ir kontrolinę grupę veikiančius asmenybinius bei eksperimentinius veiksnius.
4) Sistemingas tiriamųjų (pagal išankstinio testavimo duomenis užimančių pirmus ir paskutinius rangus) priskyrimas dviem ar daugiau grupių atsitiktinai, kad tiriamųjų grupės išliktų lygiavertės.
5) Testų patikimumo bei validumo tikrinimas įvairiais metodais (pakartotinis testavimas, ekvivalentinis testavimas, dalijimo pusiau metodas, išorinių kriterijų metodas ir kt.).
6) Socialinė psichologija šia sąvoka apibūdina apribojimus, susijusius su sąmoningomis (atviri nurodymai) ar nesąmoningomis (užmaskuotos normos) elgesio taisyklėmis vaidmenų, ryšių ar normų atžvilgiu.
7) Informacinėje psichologijoje △ suprantama kaip nuolatinis grįžimas į pusiausvyrą.
Visi šie ir kiti panašūs △ sąvokos vartojimo aspektai psichologijoje – tai pakitusios cenzūravimo formos, padedančios daugiau ar mažiau laisvai spręsti.

Kultūra – žmogaus kūrybos ir veiklos reiškimosi visuma. Techninis-funkcinis gyvenimo sąlygų struktūrinimas vadinamas civilizacija ir paprastai atsiejamas nuo „kultūros" sąvokos, apibūdinančios daugiau kūrybą ir veiklą, susijusią su dvasiniu turtinimu bei gyvenimo būdo gerinimu (estetinis-ideologinis tobulinimas). Dažnai laikomasi prielaidos, kad žmogus siekia vaduotis iš pirmapradžio „grubumo" ir realizuoti save vis subtilesniu kultūriniu būdu (siekimų motyvacija). Kultūros psichologija tiria atskirus pasireiškiančius ar nepasireiškiančius motyvacinius veiksnius. Svarbiausios temų sritys – meno, mokslo, pasaulėžiūros psichologija, taip pat socialinės psichologijos skyriai, kuriuose nagrinėjami papročiai, tradicijos, auklėjimas, gamtos puoselėjimas, skoniai, bendruomenės formos.
Žmogaus santykis su kultūra yra tiek priėmimas (aukšto lygio apraiškų išgyvenimas bei gėrėjimasis), tiek produkavimas (kultūros vaisių brandinimas bei puoselėjimas). △ funkcijos vertinamos skirtingai: tai priklauso nuo laikotarpio, vietovės bei asmenų grupės. Netgi psichologija nepakankamai vertina △ įtaką žmogaus dvasinei pusiausvyrai. Pradėjus plačiai taikyti įvairias △ terapijos kryptis (meno terapija, muzikos terapija ir kt.), naujai įvertintas ir △ poveikis.

Kūno ir sielos problema – psichikos esmės ir egzistencijos reiškimosi kūne (nervų sistemoje) pagrindai. Yra keturios svarbiausios šią sistemą nagrinėjančios kryptys: monizmas, postuluojantis visišką psichinio ir fizinio prado tapatumą; paralelizmas, beveik sutampantis su monizmu, tačiau pripažįstantis tam tikrus kokybinius psichinio prado skirtumus nuo fizinio; dualizmas, dvasios-sielos aspektą vertinantis kaip visiškai skirtingą nuo kūno ir pabrėžiantis jų abipusę sąveiką; trinarė teorija, teigianti, kad tarp psichinės ir fizinės instancijų yra tarpinė instancija – struktūra, garantuojanti ženklų reikšmės perdavimo procesus; dėl pastarųjų fiziniai procesai koduojami kaip reikšminiai vienetai, tampantys psichiniu turiniu. Ši teorija paaiškina, kodėl psichika gali formuotis tik funkcionuojant centrinei nervų sistemai, tačiau kokybine prasme psichika vis tiek pranoksta pastarąją „laisvės laipsniais" (t. y. kodavimo šuoliais perduodant ženklų reikšmes) ir transcenduoja materialumą (kitaip sakant, yra nenumatoma). Pagal analogiją su kodavimo procesais galima paaiškinti ir psichinių reikšmių įvairumą tarpasmeniniame bendravime bei objektyvių reiškinių srityje, nors čia nėra jokio neuronų pagrindo. Šių ryšių kodavimo pamatus aiškina psichokibernetika.

Kūno kalba – nauja sąvoka, apibūdinanti ne tik išraiškos fenomenus, bet ir nežodinį bendravimą apskritai. Tiriant tarpasmeninio bendravimo spektrą, paaiškėjo, kad ne mažiau svarbus už žodinį (kuris vertinamas menkiau) yra nežodinis bendravimas. Nežodinis bendravimas yra ir signalas (t. y. sąmoningas nekalbinis ženklas), ir tam tikras pranešimas (t. y. nesąmoningai perteikiama žinia). Abiem atvejais △ yra reguliarus standartinis signalas, pakankamai raiškus ir patikimai perteikiantis psichikos būseną. Paprastai daugelį išraiškos aspektų (gestai, garsai, išvaizda ir kt.) žmogus lygina, tikrina, kaip jie

dera, ir tik tada priima kaip reikšmingas nuorodas. Taigi kūno kalba dažnai galima subtiliau ir diferencijuočiau perteikti emocinį bendravimo turinį. Pvz., orkestro dirigentas muzikinių fragmentų turinį savo Δ perteikia daug išraiškingiau nei tai galėtų padaryti geriausiu žodiniu pranešimu. Todėl Δ sąvoka, esant progai, naudojama ir plačiau; kaip „kūnas" gali būti suprantami ir daiktai ar aplinkos elementai (per statinius, kraštovaizdį prabylanti raiška), padedantys žmogui pajusti, kad gyvena visuomenėje.

Liguistas potraukis – tai polinkis piktnaudžiauti daug kuo: maistu, gardumynais, žaidimais, darbu, nuosavybe, lytiniais santykiais, svaiginimosi priemonėmis ir kt. Svarbiausi liguisto pripratimo požymiai yra susitelkimas į svaiginimąsi, polinkis neigti tokio elgesio pavojingumą, sustingę svaiginimosi ritualai, mažai tepadedantys atsipalaiduoti, perdėtas potraukis, progresavimas (pvz., svaigalų dozės didinimas) ir tuštumos išgyvenimas jų neturint, tariamas asmeninis ryšys su svaiginimosi priemone, savikontrolės praradimas ir negebėjimas atsisakyti šio liguisto įpročio. Dėl dviejų pagrindinių Δ, alkoholizmo ir narkomanijos, plitimo atsirado daugybė teorijų, mėginančių aiškinti Δ atsiradimą bei progresavimą: biologinės teorijos (fizinį pripratimą sieja su vartojimo kiekiu), kultūrinės-antropologinės teorijos (tam tikros visuomenės moralinis požiūris į svaiginimąsi), diferencinės psichologijos teorijos (Δ – tai ydinga asmenybės raida), veiklos psichologijos teorijos (praradimo išgyvenimų kompensacija ir sąveika su svaiginimosi priemonėmis). Asmenybe su liguistu potraukiu tampama palaipsniui, pereinama tam tikras fazes, kurios gali reikštis skirtingai. JELLINEKAS (1960) skiria: α būklę (psichologinis pripratimas, sunkumai šeimoje ir socialinėje sferoje), β būklę (somatiniai sunkumai), γ būklę (tolerancijos stiprėjimas, medžiagų apykaitos sutrikimai, kontrolės praradimas, abstinencijos simptomai), δ būklę (kasdieninis perdozavimas), ε būklę (liguistas svaiginimosi poreikis, periodiškas nesusitvardymas).

Lytiškumas. Teoriškai galima nagrinėti daugybę lytinio elgesio lygmenų:
1) somatinius aspektus (lyties organų funkcijos),
2) funkcinius aspektus (lytinio sujaudinimo psichofiziologija, dauginimasis ir t. t.),
3) psichinius aspektus (lytinė orientacija, lytinis gyvenimas, lytinės baimės, lytiniai įpročiai, individualūs tikslai (pasitenkinimas, noras turėti vaikų ir t. t.),
4) grupės dinamikos aspektus (partnerystė, lyties vaidmenys, lytinio elgesio normos, seksualumo reikšmė gyvenant kartu ir t. t.),
5) socialinius aspektus (informacija apie seksualumą, lytinis auklėjimas, šeimos planavimas, lytiniai lūkesčiai, lytinis patrauklumas ir t. t.),
6) ideologinius aspektus (lytinė dorovė, lytinė emancipacija, erotinės mados),
7) bendruomeninius aspektus (lytinį elgesį reguliuojantys įstatymai, seksualumo apribojimai arba skatinimas, netiesioginė įtaka seksualumui skatinant butų statybą, organizuojant laisvalaikį, naudojant reklamą ir t. t.).
Galima skirti 3 lytinių santykių stadijas.
A) Pasirengimas lytiniams santykiams sužadina sudėtingas fiziologines lytines reakcijas, padeda suderinti moters ir vyro susijaudinimo procesus, įprasmina lytinius santykius kaip tarpasmeninį bendravimą.
B) Pati sueitis (varpos įstūmimas) yra 3 fazių procesas. Stiprėjančio susijaudinimo fazėje įsitempia raumenys, sustandėja krūtų speneliai, pakyla kraujospūdis, skiriasi prakaitas. Orgazmo fazėje vyksta ejakuliacija, patiriamas makšties orgazmas, tachikardija, hiperventiliacija, šilumos antplūdis į skruostus, pulsuojantys susitraukimai, susijaudinimas, kurį lydi sąmonės susiaurėjimas.
C) Toliau patiriamas staigus arba palaipsnis atsipalaidavimas, tačiau dažniausiai vyrai ir moterys atsipalaiduoja nevienodai greitai, tai gali sąlygoti bendravimo sutrikimus.
Seksualumo psichologinė problema visų pirma yra ta, kad žmonės neturi pakankamų žinių apie lytinio elgesio sudėtingumą (t. y. individualius pasitenkinimo bei jo sutrikimo ypatumus), daugeriopą funkcijų skirtingumą, psichologinės sąveikos sutrikimus, visuomeninių sąlygų įtaką.

Masių teorija. Atsižvelgiant į tyrimo rezultatus, keliamos galimų masių reagavimo dėsningumų hipotezės. Iš pradžių vyravo įsitikinimas, kad masė yra „neasmeniškų, anonimiškų, nesugebančių apsispręsti žmonių neorganizuota minia", kuria (tarsi banda) galima manipuliuoti, atitinkamu būdu sukelti norimas reakcijas; tai paprastai veda į kultūros smukimą. Neseniai pradėta pripažinti ir priešinga nuomonė, kad (panašiai kaip grupėse) žmonių masėje taip pat gali reikštis dėsningi dinaminiai procesai, galintys sukelti palyginti skirtingas reakcijas, pvz., elgesys rinkimų situacijoje.
Δ skiria masių sąlygas, t. y. į kokias aplinkybes jos reaguoja, bei masių tendencijas, t. y. bendrąsias reakcijų kryptis. Ypač svarbūs masių sąlygas apibrėžiantys požymiai yra šie: masių for-

mavimosi būdas (dispozicinės, vidurinės arba mišrios masės), poliarizavimasis (ar egzistuoja ir kokios opozicinės partijos), regioniniai ypatumai (teritorinės aplinkybės, sąlygojančios masių aistrų proveržio ypatumus), temų židiniai (susiję iš esmės su emocinėmis reakcijomis). Masių tendencijos pirmiausia reiškiasi kaip prisitaikymas prie tam tikrų vyraujančių gairių ignoruojant savo individualias reakcijas; kitas tiek pat svarbus masei dalyvių slapto reaktanso reiškinys yra atsiribojimas, kaip dalinis bandymas pasitraukti; niveliavimas – tai suvienodinimo fenomenas, kai atskirų grupių bandymams išsiskirti (pvz., sukilimai) užbėgama už akių; išryškinimas yra simboliškas masių švietimas, padedantis stipriau pagrįsti jų tikslus (pvz., tipiškos mados tendencijos) bei padidinti galią; tai leidžia anoniminiam masių dalyviui veikti taip (be individualios atsakomybės), kaip būtų neįmanoma elgtis atskiram asmeniui ar atskirai grupei. Be šių atvirų apraiškų, egzistuoja ir vienareikšmės nematomos nuotaikos, kurios gali būti ilgai slepiamos, kol pasireiškia kaip masių veiksmai. Pavyzdžiui, nepastebimas rezignacinis moralinis nuosmukis arba slepiamas agresyvumas (įtūžis), netgi pavojingas iracionalus šių nesuderinamų reiškinių mišinys, netikėtai prasiveržiantis, atrodytų, be pakankamo pagrindo.

Matavimų teorija – teorinė metodų mokslo dalis, tirianti psichinių procesų kiekybinio įvertinimo arba matavimo galimybes. Kadangi psichiniai procesai nematerialūs, dažniausiai neįmanoma jų išmatuoti tiesiogiai. Dėl to nustatyti dėsniams reikalingas išvestinis matavimas, kad suformuluotus dėsningumus būtų galima patikrinti. Tada iškyla 3 svarbiausios problemos:
1) Reprezentatyvumas reikalauja, kad kiekybiniai dydžiai tiksliai atspindėtų psichinius procesus ir drauge atitiktų matematikos principus (pvz., koreliacija, tranzityvumas).
2) Sudarant skales nustatomi kokybiniai matavimo dydžių skirtumai: tai gali būti paprastas numeravimas arba realios matematinės struktūros, kurias prasminga matematiškai apdoroti.
3) Naudojantis tam tikrais redukcijos metodais (pvz., faktorių analize) kiekybiniai įvertinimai padeda siekti mokslinių tikslų, nes galima sutrauktai atvaizduoti neaprėpiamą duomenų įvairovę (garantuoja jų apibendrinimą).

Matematinė psichologija. Jos tikslas – parengti ne atskirą tyrimo ar taikomąją sritį, bet pateikti matematinius modelius, tinkamus iš esmės visoms psichofizinių tyrimų problemoms. △ nagrinėja 6 svarbiausias sritis: patikimo kiekybinio psichinių fenomenų vertinimo parengimą (matavimų teorija), reiškinių redukavimą į matematinius modelius (aksiomų kūrimas), aprašymą atsižvelgiant į procesų eigą: pastovi, nutrūkstama, kintama (komponentų išskyrimas), procesų ekstrapoliaciją (tolesnės eigos prognozavimas, pvz., tako analizė), matematinį sistemų tinklo aprašymą (struktūrinis planas), matematinį elgesio aprašymą (pvz., pasirenkamieji modeliai). Ypač plataus diapazono matematinės teorijos apima: mokymosi teoriją, matematiškai pateikiančią formalistinius mokymosi procesus (operatorių ir stadijų modeliai); psichofiziologiją, ypač matematinį EEG kreivių aprašymą, informacijos teoriją, užsiimančią informacijos struktūrinimu, skaičiavimu, kodavimu ir dekodavimu, sprendimų teoriją (pvz., pirmenybinių dėsningumų analizė, kašto ir naudos teorijos, sprendimo kartojimo tikimybiniai modeliai). Testų teorijoje, be deterministinių modelių, parengiami ir matematiniai modeliai (pvz., RASCHO modelis), remiantis absoliučiomis skalėmis padedantys kelti tikimybines prielaidas.

Motyvacija – sąvoka, kuria apibendrinami visi procesai, skatinantys veikti, siekti tikslų bei paaiškinantys individo veiksmų įvairovę. △ sudaro atskiri motyvai ir motyvų mazgai (visuotiniai procesai), pvz., požiūriai. Sudėtingi △ lygmenys (vartojimas, veiklos kreipimas bei organizavimas, efektyvumo lygis, būdų pasirinkimas, tikslų kūrimas, aktyvacijos intensyvumas, grįžtamasis ryšys bei rezultatyvus pasipriešinimas, socialinis lyginimas, žr. XII. 8) neišvengiamai skatina kurti prieštaringas teorijas. Galima paminėti tokias svarbiausias teorijų grupes: energijų teorijos (motyvai suprantami kaip nerviniai procesai), elgesio (abejojama motyvų buvimu arba jie tiesiog pakeičiami stimuliacijos, kaip aktyvuojančio dirgiklio, sąvoka), instinktų (motyvai yra instinktyvios jėgos), kognityvinės (motyvai kaip interpretacijų sąlygotos savęs valdymo priemonės arba sprendimai, susiję su įsipareigojimais), gelmių psichologijos (motyvai – pasąmonės potraukiai) ir socialinės teorijos (motyvai – interakcijų stimulai). Turinio atžvilgiu galima skirti potraukių, stimulų, veiklos, socialinius, pertekliaus ir kontrolės motyvus. Motyvo ir elgesio ryšį aiškina 4 pažintinės grupės: pastovaus ryšio (visų žmonių arba atskiro individo motyvai ir elgesys pastovūs, t. y. susiję tvirtais vienareikšmiškais ryšiais), apytikrio ryšio (motyvas ir elgesys susiję tik statistiškai, t. y. taip pat elgtis galima dėl skirtingų motyvų ir atvirkščiai), atsitiktinio ryšio (moty-

vo ir elgesio ryšys atsitiktinis, todėl motyvai yra vien išsisukinėjimas). Nors teorijos įvairios, motyvų tyrimas padėjo atskleisti nemažai svarbių žmonių elgesio ypatumų.

Neurozė – vidutinio sunkumo psichikos sutrikimas (tarp „lengvesnio" elgesio sutrikimo ir „sunkesnės" psichozės, be to, kitoks negu ribinis sindromas, užimantis tarpinę padėtį tarp Δ ir psichozės). Δ sąvoką pasiūlė škotų gydytojas WILLIAMAS CULLENAS savo veikalo „First Lines in the Practice of Physics" (1776–1784) 1091 paragrafe; taip pavadinti pojūčių afektai bei judesiai, kurių nebuvo galima paaiškinti jokiomis fizinėmis priežastimis. Ilgainiui šios sąvokos reikšmė daug kartų kito. S. FREUDAS, kurio Δ teorija iki šiol vadovaujasi psichoanalizės mokykla, išskyrė 4 Δ rūšis: baimės Δ, baimės isteriją (fobija), įkyriųjų būsenų Δ (anankasmus) ir isteriją. Įprastinėje „Diagnostinėje statistinėje psichikos sutrikimų klasifikacijoje" (DSV – III) minimos tokios Δ formos: isterijos, fobijos, įkyriųjų būsenų neurozės, neurastenijos, hipochondrijos, melancholinės depresijos, generalizuotos baimės sindromas, disociaciniai sutrikimai, psichogeniniai skausmo sindromai.
Δ etiologija pateikia tokias Δ priežastis: išmoktas neadaptyvus elgesys (elgesio terapija), iškreipta forma prasiveržiantis išstumtas potraukių konfliktas (psichoanalizė), klaidingas savivaizdis (pokalbių terapija), netinkamas konfliktų sprendimas (egzistencinė analizė), hiperkompensaciniai gyvenimo tikslai (individualioji psichologija), psichikos žalojimas, susijęs su perdėtais lūkesčiais ir nerangumu (neopsichoanalizė), gyvenimiškų poreikių slopinimas ar atsisakymas (geštaltinė terapija), individualios raidos kliuviniai bei brandumo praradimas (analitinė psichologija), sprendimų klaidos bei prasmės jausmo praradimas (logoterapija) ir kt. Nors Δ apibrėžiama miglotai ir aiškinama labai įvairiai, ši sąvoka apima daugelį kitais terminais nepaaiškinamų psichinio kentėjimo būsenų.

Nuolankumas – sąvoka, apibūdinanti svarbiausias nesaugumo tendencijas: saviugdos krizes ir socialinę deprivaciją. Kadangi šie du sutrikimai sąlygoja vienas kitą, neįmanoma jų išskirti kaip atskirų rūšių. Jiems abiem būdingos tokios 4 problemų grupės:
1) Daugelis psichologijos mokyklų tapatumo problemą nagrinėja skirtingai (pvz., kaip saviraiškos tendenciją, Aš tapatumą, kaip asmenybės struktūros, kognityvinio struktūriškumo, kognityvinio subjekto ir objekto sąryšio, savivaizdžio kūrimą). Jei žmogus į šį taikinį nepataiko (susvetimėjimas sau), jis negali, pasak NOVALIO, „gyventi laimingoje santuokoje su savimi".
2) Vidinės darnos (t. y. savivaizdžio išsaugojimo) sutrikimai atsiranda žmogui atsidūrus situacijose (pvz., kalėjime, tapus įkaitu, pakliuvus į svetimą aplinką), kuriose negali gyventi kaip asmenybė.
3) Socialinės koncepcijos, t. y. asmeninių lūkesčių (socialinis autostereotipas) dėl savo vietos pasaulyje, sutrikimai kyla tada, kai žmogus visur vertinamas priešingai negu tikisi (savęs vertinimo problema) arba kai nuolat save nuvertina (menkavertiškumo jausmas), ar kai save teisia.
4) Individualus planavimas atspindi savivaizdžio ir socialinės koncepcijos tikslingumą. Planuoti savo gyvenimą gali kliudyti tiek kiti žmonės, tiek pats žmogus: pvz., atsiskyrimo nuo tėvų problemos, raidos krizės, profesinis varžymasis arba nepasitikėjimas savimi, neviltis, ateities baimė.

Organizacija – subsistemas koordinuojantis visetas; tarpasmeniniu požiūriu ypatinga visuomenės struktūra, apimanti tarpusavyje susijusius darbo pasiskirstymą (a) ir hierarchiją pagal kompetenciją (b). Tokiose sistemose susidaro individą pranokstančios „jėgos" (elgesio tendencijos), darančios stiprią įtaką atskiriems Δ dalyviams.
1) Darbo pasiskirstymo ypatumus sąlygoja vaidmenų struktūra (kokius uždavinius privalo atlikti žmogus dėl susitarimo ar įsipareigojimo).
2) Hierarchiją pagal kompetenciją lemia esama rangų struktūra (kas ką turi spręsti).
Vidinės tendencijos priklauso ne tik nuo racionalių dalykų (bendradarbiavimas, grupės sutelktumas, susitarimas dėl tikslų), bet ir iracionalių veiksnių (garbės troškimas, pavydas, gabumų stokos ar tingėjimo maskavimas ir kt.). Negatyvios tendencijos yra dingstis kilti nesutarimams, dėl to mažėja grupės laimėjimai. Pozityvios tendencijos skatina grupės laimėjimus, pranokstančius atskirų grupės dalyvių rezultatų sumą. Δ dirbančių psichologų užduotis yra nustatyti, ar grupės rezultatai pozityvūs ir kaip prireikus tuos pozityvius rezultatus galima didinti. Psichologai gali disponuoti tokiais dalykais kaip grupės rezultatų analizė, grupės struktūros pokyčiai, Δ parengimas atlikti specialias užduotis, grupės motyvacijos kėlimas, tinklinio grafiko sudarymas, galimybių didinimas, nuolatinis grįžtamasis ryšys su laimėjimais, premijavimo sistemos, kontrolinės užduotys, papildomi ryšiai grupės vieningumui didinti ir kt.

Pasąmonė – nesąmoningų psichinių procesų visuma. Kaip teigia neuropsichologija, sąmonė jungia daugelį ją sudarančių įgyto patyrimo sistemų, tokių kaip: būdravimas, kūno reprezentavimas, erdvės ir laiko suvokimas, tikslingas subjekto ir objekto skyrimas, prisiminimai. Pabudus iš miego šios sistemos susijungia ir tampa daugiau ar mažiau vientisu sąmoningumu. Todėl nesąmoningumo būsena gali reikštis įvairiomis formomis, kurios sąlygoja teorines △ sampratas.

1) △ kaip nesąmoningoji sritis yra ikislenkstinė psichikos dalis, pvz., infraraudonieji spinduliai yra neįsisąmoninami, nes nėra suvokiami, panašiai į skambinimą susitelkęs koncertuojantis pianistas tam tikrais momentais neįsisąmonina (t. y. nepastebi) aplink jį esančios erdvės.

2) Iki tol, kol tampa sąmoningas, vaikui būdinga ikisąmoninė subjekto ir objekto susiliejimo būsena. Tokia nesąmoningumo būsena gali reikštis ir senatvinės silpnaprotystės atveju. Be to, ikisąmonine galima vadinti sąmonės dalinio praradimo (pvz., apsvaigus) būseną.

3) Trečia △ reikšmė siejama su instinktyviu elgesiu – įgimtomis ar anksti susiformavusiomis reakcijomis, kurių neveikia kognityviniai procesai.

4) Svarbi △ forma yra nepakankamas pažinimas. Tai laipsniškas negebėjimas ką nors suprasti, sąmoningai suvokti ir išlaikyti sąmonėje (išmoktas nesupratimas), net iki kognityvinės tuštumos, nuolatinės nuovokos stokos.

5) Psichoanalitinė △ samprata skiriasi nuo anksčiau aprašytųjų tuo, kad psichoanalizė △ aiškina kaip uždarą sistemą, o kiti požiūriai vertina ją kaip kitos sistemos (t. y. sąmonės) susilpnėjimą. Taigi psichoanalizė △ laiko atskira savarankiška psichikos struktūros dalimi (greta sąmonės), kurią sudaro išstumti (nesąmoningi) turiniai ir kuri pasižymi specifiniais mechanizmais (pvz., turinio sutirštinimas arba vaizduotės iškraipymai).

6) Psichoanalizės požiūriu žmogus gali įsisąmoninti savo △ turinį, nors ir pakeista forma, arba terapijos procese, pvz., aiškindamasis sapną. Analitinės psichologijos požiūriu, kolektyvinės (panašiai kaip L. SZONDI'O genetiškai sąlygotos „šeimyninės") △ įsisąmoninti neįmanoma. K. G. JUNGAS šios niekada neįsisąmoninamos kolektyvinės △ dalies turinius vadina archetipais, t. y. mitiniais pirmavaizdžiais.

Pasaulėžiūra – KANTO įvesta sąvoka, kuri anuomet (1790) turėjo išreikšti žmogaus „neaprėpiamo minčių pasaulio santrauką", o šiandien apima asmeninę (ar platesnę) visų įsitikinimų metakogniciją (J. H. FLAVELL). Žmonijos ištakose egzistavo tik mitai, sakmės, aukojimo ritualai ir pan., t. y. kognityviniai ir aktyvūs bandymai aiškinti aukštesnes nepažįstamas jėgas, darančias įtaką (kaip buvo tikima) visiems įvykiams. Iš to ir iš mistinių filosofijų kilo įvairios religijos ir sektos. Sumažėjus konfesijų įtakai, jų vietą užėmė filosofinės, politinės, tautinės sistemos bei ideologijos, kurioms apibūdinti Šviečiamajame amžiuje jau reikėjo platesnės △ sąvokos. Bent jau nuo XX a. į △ imta daugiau žiūrėti kaip į asmeninį dalyką, susiformuojantį perimant tėvų pažiūras, iš dalies jas papildant kitų reikšmingų asmenų nuomonėmis (kartais ir prieštaringomis) ar informacija iš kitų šaltinių (pvz., žiniasklaidos). Jau keletą dešimtmečių yra pripažįstamas asmeninių △ poveikis individo raidai ir pavojus, kad, pvz., konformistinės pažiūros gali tapti politinių ir socialinių judėjimų įrankiu. Psichologinės △ funkcijos apima tris aukštesnes veiklos ir sprendimų sritis.

1) △ uždaviniai yra paaiškinti pasaulio atsiradimą ir nematomą struktūrą (pasaulio etiologija), kurti asmenines orientacijas (intervencinė dogmatika) ir nusakyti būtinų intervencijų tikslus (apibrėžti implikacijas).

2) △ dažniausiai yra skirtingų svarbiausių minčių mišinys – vertybių samprata (kurios vertybės yra privalomos), požiūriai į gyvenimą („teisingo" gyvenimo samprata) bei dorovinės pažiūros (už ką prisiimama atsakomybė).

3) △ išreiškia aukščiausius slaptų poreikių (iš kurių kyla motyvai) tikslus; svarbiausi iš jų: „tikros" tikrovės įsivaizdavimas, ideali saviraiška, įsivaizduojamos pavyzdinės visuomenės paspirtis, tikrumas dėl puikios ateities, dorovinė nuostata bei veiklos kryptis, orientuojama į aukščiausią principą (dažniausiai įsivaizduojamą kaip Dievas).

Poelgis – aktyvacijos reiškinius nagrinėjančios psichologijos terminas, apibūdinantis kompleksišką su aplinka susijusių funkcijų seką ir koordinaciją. Kiekvieną △ sudaro 3 sudėtingi tarpsniai: prielaidos (situacijos, motyvacinės paskatos, individualūs gebėjimai, socialiniai lūkesčiai, ideologiniai pagrindai ir kt.), eiga (pradžia, laimėjimų kreivės, sprendimai, baigtis ir kt.), poveikiai (momentiniai efektai, ilgalaikiai rezultatai, padarinių spektras, naujų △ akstinai ir kt.). △ galima analizuoti pagal turinį arba pagal formą. Turinio analizė – tai temų, uždavinių, priemonių, intencijų ir rezultatų nagrinėjimas. Formos analizė siejama su sąmoningumu (įsisąmoninimo lygiu), pasirengimu (pastangomis pradėti, dėmesiu, atitinkamu prisitaikymu arba ge-

riausio atstumo kūrimu) ir intencija (mintiniu Δ planavimu ir rengimu ryšium su gyvenimo aplinkybėmis).
Turinio analizė dažniausiai normatyvi (nukreipta į pageidaujamą Δ), o formos analizė deskriptyvi (nukreipta į esamas sąlygas).
Δ sutrikimai tokie pat įvairūs kaip ir patys Δ. Jie grupuojami pagal socialinius santykius: santykio su savimi (susvetimėjimas sau, iškreiptas savivaizdis), santykio su grupe (socialiniai dinaminiai trikdymai, pvz., santykių sutrikimai), santykio su visuomene (asocialus elgesys) sutrikimai.

Pokalbio psichoterapija – C. ROGERSO sukurta (1942) terapijos forma, priklausanti humanistinės terapijos krypčiai. Jos teorinis pagrindas – asmenybės koncepcija, pabrėžianti žmogaus polinkį į saviraišką (t. y. troškimą išsiskleisti). Terapijos tikslas – harmoninga asmenybė, kurios jausmai, troškimai, motyvai ir poreikiai yra aiškūs. Patirtis perša prielaidą, jog terapeuto interpretacijos klientą gąsdina, o įžvalgą skatina tik jo paties įgytas patyrimas. Dėl to terapeutas tiesioginių patarimų neteikia ir su klientu išlaiko trejopą santykį: empatijos (padedančios gerbti reiškiamus jausmus, C. ROGERS), pripažinimo (visiška pagarba, emocinė šiluma, asmens vertinimas, artimo meilė) ir tikrumo (abipusė darna, nuoširdumas, savarankiškumas, atvirumas). Per gana trumpą terapijos procesą (maždaug 25 susitikimai) klientas, tyrinėdamas save, susidurdamas su savo jausmais, keičiasi – jo nelaisvą santykį su savo jausmais ir kt. žmonėmis keičia atviras, nuoširdus savęs išgyvenimas. Toks siektinas pokyčių procesas struktūrinamas (suskirstomas į tam tikras skales) ir po kiekvieno susitikimo įvertinamas tiek terapeuto, tiek kliento. Šis metodas taikomas dirbant su vaikais žaidimo terapijoje (V. AXLINE), o su suaugusiaisiais – individualioje ir grupinėje terapijoje.

Poreikis – motyvacinių teorijų sąvoka, vartojama iš dalies kaip motyvo sąvokos (t. y. jo apercepcinės pusės, atmetus aktyviąją pusę – siekimą) sinonimas ir apibūdina stygiaus būseną, verčiančią siekti pasitenkinimo. Δ apibrėžiamas įvairiai, nelygu kokia motyvacijos teorija vadovaujamasi.
1) Psichoanalizė Δ sąvoką tapatina su libido potraukiais, laikomais visų Δ pagrindu.
2) Kitos į somatiką orientuotos instinktų teorijos, be seksualumo ir agresyvumo, nurodo ir kitus instinktus (maitinimosi, savęs išsaugojimo ir kt.). Nuo šių vadinamųjų pirminių Δ skiriami iš jų kildinami antriniai Δ (pripažinimo, domėjimosi ir kt.).
3) Į socialinę psichologiją orientuotos teorijos pabrėžia (vietoj vidinių instinktų) socialinius Δ veiksnius – šeimą, grupę, visuomenę. MASLOWAS (1970), be anksčiau tyrinėtų stygiaus poreikių, aprašo ir aukštesnius, vadinamuosius pertekliaus poreikius, kurie gali būti atidedami, t. y. iškyla tik patenkinus stygiaus poreikius. Jiems priskiriamas visų pirma saviraiškos poreikis.
4) Naujoji kognityvinė teorija (FESTINGER, 1957; NEISSER, 1967; BERLYNE, 1973) pabrėžia tokius Δ, kurie skatina pažinimą, slaptą norą paaiškinti reiškinius (žmogus kaip tyrėjas), kontrolės siekimą, pojūčių troškimą.
Skirtingos kryptys įvairiai aiškina Δ struktūrą. Greta struktūralistinių prielaidų apie individualią Δ sistemą, sudarytą iš atskirų poreikių mozaikos, egzistuoja grupė holistinių sampratų, teigiančių, jog Δ susiformuoja iš ankstesnės individualios Δ sistemos (HULL, 1952).

Poveikis – tikslingos, įvairiapusės socialine įtaka pasižyminčios bendravimo formos. Δ stiprumas, būdas ir kryptis priklauso nuo žmogaus galimybių bei Δ tikslų. Δ stiprumas įvairuoja: gali būti labai nežymus (kai pasakoma tik gryna žinia, pvz., dalijamasi apmąstymais), bet gali būti ir labai stiprus (kai įtaigiai manipuliuojama norint daryti psichologinį ar fizinį spaudimą). Δ būdai irgi įvairūs: patarimai, prašymai, pataikavimai, drąsinimai, reikalavimai, įsakymai ir kt. Pagal Δ kryptį galima skirti skatinimus (pozityvius Δ) ir trukdymus (negatyvius Δ). Kadangi atskirų asmenų ir žmonių grupių (masių) įsitikinimai, požiūriai, nuomonės, elgesio būdai skirtingi, Δ skiriasi ir pagal temas, pvz., propagandos, konsultavimo, agitavimo, psichoterapijos poveikiai. Esminiai Δ skirtumai išryškėja tiksluose. Įtikinėjimo atveju paveiktasis įsitikina, jog kito argumentas geresnis, ir įtraukia jį į savo mąstymo bei veiksmų repertuarą; sugestijos atveju, ypač kai manipuliuojama, paprastai Δ būdai slepiami ir bandoma paveikti netiesiogiai.

Požiūris – individuali vertinimų sankaupa. Santykių su objektais, aplinkybėmis ir asmenimis galimybės iš tikrųjų neribotos. Kad gyvenimas nebūtų chaotiškas, žmogus pasirenka tam tikrus epizodus ir juos vertina. Šie vertinimai gali būti pagrįsti asmenine patirtimi arba perimti iš kitų. Be šio mąstymo ekonomiškumą garantuojančio Δ, yra ir kitas aspektas: Δ yra sustabarėjusios mintys ir pažiūros, galinčios virsti neigiamomis išankstinėmis nuostatomis, kurioms retai turi įtakos nauja patirtis. Δ sudaro dalinės nuomonės, specialūs vertinimai ir as-

meniui įprasti elgesio būdai, kartu atspindintys Δ į gyvenimą ir vientisą pasaulėžiūrą. Aprašant Δ remiamasi 4 požymių grupėmis.
1) Pagal turinį skiriamos teminės Δ sritys (pvz., politinis, rasinis, visuomeninis Δ).
2) Kokybiškai nustatomos tokios Δ vertinimų kryptys: pripažinimas (akceptavimas), abejingumas (indiferentiškumas) ir atmetimas (kontrastas).
3) Pagal intensyvumą skiriamos įvairios Δ formos – nuo paprasčiausio šališkumo, mąstymo stereotipų iki kraštutinių, sąlygojančių ir schemiškų elgesio impulsų.
4) Pagal konsistenciją nustatoma, kiek Δ sustabarėjęs, kiek yra paslankus, kokios galimybės persiorientuoti. Metodiškai Δ nustatomas matuojant kiekybiškai (sudaromos skalės pagal tam tikrus kriterijus, pvz., simpatijų ir antipatijų skalė).

Prasmės poreikis – svarbiausias žmogaus poreikis suprasti aplinkybes ir jų vietą tam tikroje sistemoje. Netgi paprasčiausi atsitiktiniai įvykiai patiriami kaip susiję priežastiniais ryšiais (pvz., du kaip pakliuvo judantys taškai ekrane suvokiami tarsi vienas kitą stumiantys, besivejantys, vienas aplink kitą besisukantys ir t. t.). Siekiant daugiau ar mažiau paaiškinti įvykius arba būsenas, iškyla sunkumų, nes kai kurie įvykiai ar būsenos sunkiai paaiškinami. Dėl to žmogus dažniausiai nesąmoningai vadovaujasi sveiku protu, t. y. savo patirtimi ar iš kitų žmonių perimta aiškinimo sistema. Svarbiausia yra kontrolės sistema (kontrolės lokusas), kuri lemia, ar žmogus priklauso nuo nežinomų nežemiškų jėgų (išorinė kontrolė), ar tik nuo savo sprendimų (vidinė kontrolė), ar nuo išorinių ir vidinių jėgų (mišri kontrolė). Šias žmonių pastangas reiškinius paaiškinti palengvina daugybės kitų žmonių nuomonės ir bandymai savo kontrolės sistemą pritaikyti kitiems. Taip dažniausiai atsiranda eklektiškų mišrių prielaidų, kintančių priklausomai nuo situacijos, ryšių su kitais žmonėmis, įvykių sekos. Δ patenkinamas, kai tam tikras įvykis išgyvenamas kaip pozityvus, prasmingas, vertingas, siektinas, visiems suprantamas ar malonus. Jei daugelio įvykių nepavyksta įprasminti, kyla prasmės krizės (grėsmės jausmai, beprasmybės išgyvenimas, beviltiškumas, pasitikėjimo krizės, dezorientacija, tapatumo krizės), kurios dažnai (greta kitų priežasčių) gali būti psichikos sutrikimų priežastis.

Profesinė praktika – psichologo profesija gana nauja. Pirmieji psichologijos profesoriai žinomi tik nuo XIX a. vidurio (išimtis – XVIII a. gyvenęs J. F. ABELIS, FRIEDRICHO SCHILLERIO mokytojas Štutgarto mokykloje). Tik XX a. pradžioje JAV buvo pripažinta klinikinės psichologijos specialybė. Vokietijoje kai kurie psichologai vėliau ėmė užsiiminėti bendravimo psichologijos bei ūkio tvarkymo psichologijos praktika. Šiandien yra apie 60 specializuotų psichologijos šakų, tačiau dirbama tik nedaugelyje – tai klinikinė, darbo, kolektyvo, ūkio tvarkymo, derybų, bendravimo, karo psichologija. Dėl tokios specializacijų gausos sunku pateikti bendrą psichologo profesijos apibrėžimą.
1) Galima skirti, pasak DORSCHO, aiškinamuosius (pvz., diagnozavimas, analizavimas, testavimas, eksperimentavimas, tyrimas) bei intervencinius psichologinio darbo aspektus (pvz., psichoterapija, žmonių atranka, konsultavimas, korekcija).
2) Psichologų darbo pobūdis priklauso nuo to, kokioje institucijoje dirbama (klinika, gamybos įmonė, kalėjimas, tyrimo institutas, konsultavimo įstaiga ar psichologas yra laisvai praktikuojantis). Daro įtaką taip pat institucijos pozicija, asmens situacija bei konkurencija.
3) Tinkamumo šiai profesijai prielaidas dėl veiklos uždavinių įvairovės keblu tiksliai nustatyti. Atsižvelgiant į anksčiau minėtą (2) skirstymą (aiškinimas bei kišimasis), psichologas turėtų derinti suprantančio ir padedančio žmogaus poziciją.
4) Profesinę praktiką veikia tiek šios specialybės atstovų, tiek kitų vertinimai. Psichologo profesiją plačioji visuomenė dar mažai pažįsta, tačiau ji buvo įvertinta pozityviau (heterostereotipinis vertinimas) nei tikėjosi psichologai (autostereotipinis vertinimas).

Psichikos sutrikimai – visuma psichinių būsenų ar elgesio formų, priskiriamų „nenormalumų“ sričiai. Trys pagrindinės klasifikacijos sistemos yra: DSV-III-R – Diagnostinis ir statistikos vadovas, trečiasis pataisytas leidimas, TLK-9 – Tarptautinė ligų klasifikacija, devintas leidimas, PMDV – Psichiatrijos metodikų ir dokumentų vadovas. DSV-III-R sistemoje priskaičiuojama 17 sutrikimų:
1) raidos sutrikimai, 2) organiniai psichikos sutrikimai, 3) psichoaktyvių medžiagų vartojimo sukelti sutrikimai, 4) schizofrenija, 5) kliedesiai, 6) psichozės (be jau minėtųjų), 7) jausmų sutrikimai, 8) baimės, 9) somatoforminiai sutrikimai, 10) dissociaciniai sutrikimai, 11) psichologiniai lytinių santykių sutrikimai, 12) miego sutrikimai, 13) apsimestiniai sutrikimai, 14) potraukių sutrikimai, 15) prisitaikymo

sutrikimai, 16) psichikos sąlygojamos somatinės ligos, 17) asmenybės sutrikimai.
Nenormalumas gali reikšti ekscesą (kai kažko „per daug"), deficitą („per mažai") ar defektą („klaidinga") asmenybinio, profesinio ar visuomeninio vertinimo (kultūrinės normos) prasme. Atmetant tokias pasenusias sąvokas, kaip *insanie, alienation*, nuo XIX a. tradiciškai vartojamos 4 pagrindinės sąvokos: psichozės (sunkūs sutrikimai), ribinis sindromas (vidutiniškai sunkūs sutrikimai), neurozės (vidutiniai sutrikimai), elgesio (lengvi) sutrikimai.
Psichozėms priskiriamos schizofrenijos, ciklotimijos, paranoidinės psichozės, reaktyvinės psichozės, organinės psichozės. Ribiniu sindromu laikomi tokie sutrikimai kaip hipochondrija, depersonalizacija, derealizacija, sociopatija (antisociali asmenybė). Neurozėms priskiriama isterija (konversinė neurozė), fobija, įkyriųjų būsenų neurozė (anankazmai) ir kliedesiai (paranoja). Elgesio sutrikimai – pati įvairiausia sutrikimų grupė: funkciniai sutrikimai (pvz., psichogeninis skausmas, valgymo sutrikimai), raidos sutrikimai (pvz., sulysimas brendimo laikotarpiu, gyvenimo vidurio krizė), mokymosi sutrikimai (pvz., mokyklos baimė, legastenija, diskalkulija), pakitęs elgesys (alkoholizmas, narkomanija, piromanija), mąstymo sutrikimai (pvz., nesukalbamumas, morija – liguistas kvailiojimas, senatvinė demencija), lytiniai sutrikimai (pvz., impotencija, frigidiškumas, iškrypimas), kalbėjimo sutrikimai (afazija, mikčiojimas, agramatizmas) ir egzistencinio kentėjimo formos (pvz., savižudybės grėsmė, aukos vaidmuo, hospitalizmas, beprasmybės išgyvenimas).

Psichoanalizė – seniausia SIGMUNDO FREUDO sukurta gelmių psichologijos krypties psichoterapijos mokykla. △ yra ir 1) savita „metapsichologija", ir 2) tam tikra neurozių teorija, ir 3) ypatinga terapijos forma.
1) Psichoanalitinis asmenybės modelis apima dinaminį aspektą (vidinius, ypač lytinius potraukius), ekonominį aspektą (malonumo ir realybės principus kaip įtampos mažinimo tendencijas), topografinį apektą (Id–Ego–Superego struktūrą). Genetiniu požiūriu skiriamos oralinė (dėmesys žindimui), analinė (dėmesys tuštinimuisi) ir genitalinė (dėmesys lytiniams organams) stadijos, kurios dalijamos į dar smulkesnius etapus. Kiekvienoje iš šių stadijų psichoseksualinė žmogaus raida gali sustoti (fiksacija), dėl to tai stadijai būdingi potraukiai gali perdėtai reikštis tolesniame gyvenime ir taip formuotis neurotiška asmenybė. Ypač svarbi ankstyvosios genitalinės fazės raida (Edipo konfliktas).
2) △ požiūriu, neurozės dažniausiai yra ankstyvojoje genitalinėje fazėje išstumtų konfliktų atsikartojimas dėl neišspręstos ambivalencijos (priešingų jausmų išgyvenimo vienu metu) tėvų atžvilgiu.
3) Per terapijos seansą psichoanalitikas nesistengia kištis (jis sėdi ant kušetės gulinčio paciento galvūgalyje) ir teikti surogatinį pasitenkinimą tiesiogiai reaguodamas. Nagrinėjant kliento priešinimąsi (pvz., aiškinantis jo sapnus) nuolat susiduriama su perkėlimu (tėvams susiklostę jausmai nesąmoningai išreiškiami terapeutui), dažnai tai perauga į „perkėlimo neurozę", kuri ilgainiui, bendraujant su terapeutu, išgydoma.

Psichodiagnostika – individualių ypatumų tyrimas stebėjimu, matavimu bei testavimu. Testavimo diagnostika yra △ pagrindas. Testai – tai trumpi standartizuoti eksperimentai, pritaikyti tam tikrai populiacijai: atskirų individų testų rezultatai lyginami su tai populiacijai nustatytomis normomis. Metodiniu požiūriu testai skirstomi į tris kategorijas: klausimynus (tarpusavyje suderintų klausimų rinkiniai, padedantys nustatyti tam tikrus psichikos ypatumus), gebėjimų testus (standartines normines užduotis, kurių sprendimo intensyvumas vertinamas atsižvelgiant į visiems žmonėms bendrus vidurkius), projekcinius testus (klausimai ar užduotys, suteikiantys galimybę individualiai (kūrybiškai) į juos atsakyti ar išspręsti ir tuo remiantis daryti išvadas apie bazinę asmenybės struktūrą). Kad būtų tikslesni, testai tikrinami pagal du aspektus: patikimumą (matavimo tikslumą, t. y. pastovumą kartojant bandymą), validumą (matavimo teisingumą, t. y. pastovų ryšį su tam tikrais psichikos ypatumais). Svarbiausios sritys, kurioms taikomi testai, yra šios: gebėjimų vertinimas, techninis testavimas, pvz., įdarbinant įmonėse; intelekto vertinimas, pvz., renkantis mokyklos rūšį; asmenybės įvertinimas, pvz., klinikinėje srityje, nustatant psichikos sutrikimo laipsnį; testavimas mokykloje, pvz., norint nustatyti elgesio ar mokymosi sutrikimus. Testai vis dažniau taikomi ne izoliuotai, bet kaip standartizuotas ar naujai sudarytas testų rinkinys įtraukiami į bendrą vertinimo procesą kartu su kitais diagnostiniais metodais (elgesio analize, momentiniu tiriamųjų stebėjimu, biografine analize).

Psichokibernetika – psichikos kilmės ir valdymo teorija. △ nesieja psichikos tiesiogiai su fi-

ziniais procesais, tačiau nagrinėja, kaip pastarieji virsta psichiniais procesais formalaus kodavimo būdu (trinaris procesas: nešiklis–ženklas–reikšmė). Taigi △ nedera nei su monistiniu (nervinės veiklos ir psichikos tapatinimas), nei su dualistiniu (kūno ir sielos atskyrimas) požiūriu.

Psichikos pranašumas nervų sistemos procesų atžvilgiu akivaizdus iš šių dviejų dalykų:

1) Nervinių procesų kodavimas (ritminis ar figūrinis) dažniausiai nuo jų nešiklio nepriklauso (jie gali būti bendri vienam ir kitam nešikliui).

2) Perduodamos psichinės reikšmės dažniausiai nepriklauso ir nuo perdavimo būdo, nes tiek individualiai, tiek konvencionaliai jos gali būti aiškinamos skirtingai.

△ tyrimų pagrindas yra neuronų signalų analizė, susijusi tiek su jų fizinėmis savybėmis (signalo perdavimas kaip kodavimas, pvz., elektrinių potencialų, keičiantis jų amplitudėms bei dažniui, virtimas nerviniais procesais), tiek su jų psichologine reikšme (pvz., kalbos ženklų reikšmių įvairumas). Ženklo sąvoka žmogaus smegenų veiklą realiai susieja su psichiniais procesais. Siekdama teoriškai pagrįsti bei praktiškai ištirti sudėtingus nervų sistemos kodavimo procesus, △ naudojasi sistemų teorijos, semiotikos, semantikos žiniomis bei save reguliuojančių organizacijų teorija.

Psichoterapija – psichikos sutrikimų gydymo metodas. XX a. △ metodų padaugėjo nuo kelių ligi bent 140 gerai žinomų krypčių.

Kad būtų lengviau apžvelgti šią įvairovę, vertėtų juos suskirstyti į 10 grupių:

1) Gelmių psichologijos terapija remiasi pasąmonės procesais bei jų įsisąmoninimu – tai ir esąs kelias į išgijimą.

2) Bihevioristinės terapijos pagrindas – ne tik seno vengiančio elgesio likvidavimas, bet ir naujo mokymas.

3) Peritalinė terapija psichikos sutrikimus gydo naudodamasi terapijos metu įgytu patyrimu.

4) Kognityvinė terapija mėgina ištirti „klaidingą“ mąstymą ir jį pakeisti.

5) Vaizduotės terapija daugiausia taiko įtaigą, kuria siekiama nepastebimai paveikti klientą.

6) Grupinė terapija įtraukia ir terapeutus, ir klientus; siekiama abipusiai aiškintis santykius ir šią bendruomenę veikti.

7) Somatogeninė terapija remiasi fizinių ir psichinių reiškinių abipuse įtaka.

8) Integracinė terapija yra neišvengiamas didėjančios terapijos formų įvairovės padarinys; bandoma suderinti įvairių terapijos krypčių atradimus.

9) Fakultatyvinė terapija yra pagalba sveikiems klientams, kad jie patys galėtų sau padėti.

10) Specialioji terapija taiko aukščiau minėtų terapijų formas atskiroms klientų grupėms (pvz., vaikai, narkomanai, kaliniai ir kt.) ar ypatingų sutrikimų atveju (pvz., kalbos, lytiniai sutrikimai), taip pat specialiems terapeutams (pvz., neprofesionalai arba patys tokių problemų turintys žmonės).

Apibendrinant galima pasakyti, jog šios 10 △ grupių – tai bendra △, kuri (atmetus priklausymą tam tikrai mokyklai) yra tiesiog labiau teoriškai orientuotas tarpininkavimo mokslas.

Raida – biologinio skleidimosi ir involiucijos procesų, būdingų tiek gyvų būtybių visumai (filogenezė), tiek atskirai būtybei (ontogenezė), bendras apibūdinimas. Psichologijai svarbiausia paaiškinti prenatalinio periodo, ankstyvosios vaikystės ir jaunystės psichologiją. Svarbiausios keturios teorijų grupės.

1) Augimo teorijos raidą aiškina „internalistiškai“, t. y. remiasi vidiniais stimulais: kaip lanko formos pakilimą ir nusileidimą, kaip pakopinį vyksmą; kaip tikslo siekimą tarsi judant spirale, kaip iš pradžių nediferencijuotų būsenų išsiskleidimą.

2) Ugdymo teorijos pabrėžia plastišką prisitaikymą prie aplinkos. Jų orientacija „eksternalistinė“.

3) Perversmo teorijos požiūriu △ yra sąlygojama dramatiškų įvykių. Pvz., △ pastūmėja staigi lytinių funkcijų pradžia brendimo metais. Vėliau naują △ pradžią skatina socialinis savarankiškumas.

4) Struktūrinimo teorijų atskaitos taškas – aktyvus asmens apsisprendimas. Savarankiškai pasirinktų △ tikslų pavyzdžiai yra interesai. Jie △ aiškina taip pat retrospektyviai atsižvelgiant į gyvenimo sprendimus. Paprastai skiriama somatinė, socialinė ir psichinė △. Šios trys jos linijos nebūtinai lygiagrečios; sutrikus psichikai, jos gali ilgainiui viena nuo kitos nutolti. Chronologiniu aspektu skiriama prenatalinė, ankstyvosios ir vėlyvosios vaikystės, jaunystės, suaugusio žmogaus ir senatvės △. Jos sutrikimai yra per vėlyvo ar sustojusio brendimo (pvz., proto ribotumas) arba tam amžiui būdingų nukrypimų (šlapinimasis į lovą, noras sulieseti, atsiskyrimo konfliktai) padariniai.

Reakcija – atoveikis. Žmogaus △ galimybės iš tikrųjų neribotos. Siekiant šią gausybę psichologiškai ištirti, nuo moderniosios psichologijos atsiradimo sukurta daugybė △ teorijų. Dauguma jų nagrinėja atskiras temas, padedančias

išplėsti △ galimybes. △ grupuojamos pagal jų paskatas: determinuotos △ yra įgimtos ir nulemtos fizinių procesų, sąlygojimo △ – atoveikis į išorines situacijas, atviros △ yra nulemtos gyvenimo patirties. △ kaip proceso tyrimai, be kitų dalykų, apima: △ slenksčius (sąlygojamus stimulo stiprumo ir įpročio; *sujaudinimo potencialas*, C. L. HULL), △ laiką (latentinė trukmė tarp sujaudinimo ir △; tai priklauso nuo atidumo, nuovargio, △ sudėtingumo bei alternatyvų skaičiaus), △ pobūdį (izoliuotas veiksmas arba susijusių veiksmų grandinė), socialinį △ foną (△ į save, △ susijusios su 2 žmonių bendravimu, su grupės veikla ar visuomenine veikla), kognityvinį △ foną (animistinė, tikslinga, reguliuojama veikla).

Reaktansas – elgesys, kurio tikslas išsaugoti pasirinkimo laisvę, kai jai kyla grėsmė. Laisvę sumažinti gali tiek kiti žmonės, tiek pats žmogus save suvaržydamas, pvz., stipriai įsipareigodamas kitų atžvilgiu. Emociniu atžvilgiu laisvei iškilusi grėsmė sukelia prislėgtumą, sunkumą ir susierzinimą, kognityviniu atžvilgiu tunelio efektą, sumažėja alternatyvios galimybės; elgesio atžvilgiu – tai veiklos sustabdymas. Į tokius trukdymus žmonės reaguoja skirtingai tiek individualiai, tiek situaciškai. Negatyvių emocinių, kognityvinių ir elgesio padarinių galima vengti „pabėgant" (eskapizmas), galima tyliai kentėti (rezignacija arba išmoktas bejėgiškumas), kognityviai pervertinti (laisvės vengimas regresijos, mazochizmo atveju), pasipriešinti grėsmei (atkirtis), kovoti prieš kaltininką (kontrataka). △ pobūdis priklauso ne tik nuo asmeninių savybių, pvz., laukiamo pasirinkimo laisvės masto, tačiau taip pat nuo grėsmės turinio bei stiprumo. △ teorija (J. W. BREHM) teigia, kad toks priešpuolis (nesvarbu, kokia elgesio forma reikštųsi) būna tuo stipresnis, kuo žmogus mažiau gali paveikti padėtį. Priešingai, kuo neįprastesnė yra padėtis, tuo didesnis susidomėjimas.

Reikšmė – subjektyvi būties kategorija greta objektyvių erdvės, laiko, santykio ir modalumo kategorijų. △ sąmoningai suvokiama vadovaujantis loginiais samprotavimais. Remiantis OGDENO ir RICHARDO (1923) semiotiniu trikampiu, △ traktuojama kaip semantinio ženklo (pvz., žodžio), apibūdinamo turinio (pvz., objekto) ir daugybės požymių (dydžio, formos, rango, vertės, tinkamumo ir kt., t. y. reikšmės siaurąja prasme) funkcija. Šis požymių derinys perteikia savitą psichologinį išgyvenimų pasaulį, pagal interesus suskirstytą į daugybę △ sričių. Pirmiausia tai sau pačiam priskiriamos △ (savojo Aš koncepcija) ir savo vietos pasaulyje supratimas (socialiniai metmenys). Tokios žmogaus Aš apibūdinančios △ persipynusios su pripažintomis visuotinėmis, atskirų žmonių grupių ir platesnių gyventojų sluoksnių vartojamomis △. Drauge jos sudaro išmoktą konceptualų visuomenės △ repertuarą.
Iš jų galima išskirti šalutines △, susijusias su (motyvacinėmis) pastangomis jas įgyvendinti.

Ryšių priemonės. Jų funkcija plačiąja prasme yra žinių kodavimas bei perdavimas. Tokie „tarpiniai nešikliai" gali būti asmenys, techninės priemonės arba viena ir kita drauge (pvz., televizija ir laidų vedėjai). Žinių kodavimą bei perdavimą apibūdina 5 požymių grupės:
1) Žinios perduodamos tam tikrais kodavimo būdais: kalba, raštu, ženklais, vaizdais, išraiška, veiksmais. Taip perteikiamos reikšmės.
2) Perdavimo priemonės skirstomos į natūralias (akys, rankos ir kt.) ir technines (radijas, televizija ir kt.), taip pat į individualias (tiesioginio ryšio) ir masines (anoniminio ryšio).
3) Asmenys bendrauja įvairiai: kaip △ gamintojai, vartotojai, tikrintojai, savininkai ir kt.
4) Turinys priklauso nuo žinių pobūdžio, lemiančio skirtingas informacijos perdavimo sąlygas.
5) Poveikis priklauso nuo minėtų būdų, priemonių, dalyvių, turinio bei nuo funkcijų, tikslų, lūkesčių.
Asmeninių bei techninių △ tyrimas (pvz., tam tikras tikėtinumas) yra būdas suprasti modernių gyvenimo sąlygų pokyčius.

Sąlygojimas – išmokimo procesų apibūdinimas elgesio teorijų požiūriu. I. PAVLOVAS atskleidė sąlyginių refleksų fiziologinį mechanizmą: įgimtas refleksas (pvz., seilių išsiskyrimas paliečiant maistą liežuviu) neuronų lygiu susiejamas su iš pradžių neutraliu dirgikliu (pvz., skambučiu), kuriuo vėliau jau galima sukelti seilių išsiskyrimą savaime, pvz., tik paskambinus skambučiu, bet nedavus maisto. Tai pavyksta vis dėlto tik tuo atveju, jei sąlyginis dirgiklis (skambutis) po tam tikro laiko vėl bus pateiktas su nesąlyginiu dirgikliu (maistu); kitu atveju šis ryšys (ekstinkcija) išnyks. Tokį dirgiklių kartojimą drauge tam tikrais laiko tarpais PAVLOVAS vadina pastiprinimu. B. F. SKINNERIS pastiprinimo sąvoka, t. y. įvairiais pastiprinimo operacijų (pvz., dažno kartojimo ir kt.) būdais, grindžia savo operantinio △ teoriją. Anot A. BANDURA'OS, mokymuisi svarbu pavyzdys (imitacinis △). Kognityvinio △ teorija

(W. KOHLER, K. BÜHLER) pabrėžia gebėjimą staigiai įžvelgti sprendimą (įžvalgos išgyvenimas), kurio schema išmokstama ir vėliau paprastai neužmirštama. Be šių pagrindinių Δ teorijų, yra dar formalios išmokimo teorijos (išmokimas kaip informacinė strategija) ir praktinės išmokimo instrukcijos (pakopinis išmokimas pagal tam tikrus žingsnius bei treniravimosi formas).

Sąmonė – psichinė budravimo būsena, pasižyminti daugybe nebūtinai visada pasireiškiančių vaizdavimosi ypatybių. Sąvoką pirmą kartą (1720) pavartojo CH. WOLFFAS. KANTAS Δ laikė individualiu santykiu su savimi („aš mąstau"). Jo aktyvios Δ skirstymas į protą (*intellectus:* dvasinis gebėjimas struktūrinti žinias) ir išmintį (*ratio:* plačiausia ir aukščiausia pasaulio pažinimo forma) psichologijoje nebuvo pripažintas. Šį skirstymą atspindi tokios anglų kalboje vartojamos sąvokos: *consciousness* (sąmoningumas, sąmonės turėjimas) ir *awareness* (įsisąmoninimas, sąmonėjimas), kurios tapo įprastos, ypač klinikinėje psichologijoje. Kitos psichologijos disciplinos vartoja tam tikrus Δ sąvokos variantus. Bihevioriznio paveikta psichologija Δ sąvokos vengia. Fenomenologinė psichologija Δ vadina specifinius išgyvenimus, per kuriuos atsiskleidžia žmogaus Aš arba tam tikros esmės. Naujoji kognityvinė psichologija Δ apibrėžia kaip kognityvinį dalyvavimą. Socialinė psichologija Δ terminu nusako asmens vietą visuomenės struktūroje. Tai atskleidžia dar vieną šios sąvokos reikšmę – Δ yra požiūrio į save, į kitus žmones bei pasaulio įvykius apraiška. Kibernetikos paveikta psichologija Δ laiko tarsi tinklu neurofiziologiškai aiškinamų sistemų (kūno, erdvės ir laiko suvokimas, prisiminimas ir kt.), kurios atskirai ar kartu dalyvauja informacijos apdorojime ir daro įtaką skirtingiems sąmoningumo laipsniams (žr. dėmesio laipsnius). Ši sąvoka, žinoma, siejasi ir su „sveiku protu": taip vadinamas vidutinei daugumai būdingas bendrųjų gyvenimo dalykų ir jų įprastos paskirties supratimas. Priešinga sąvoka ↗ *pasąmonė* nėra Δ priešybė tiesiogiai, tačiau plačiąja prasme apibūdina visus psichinius procesus, kurių neįmanoma įsivaizduoti tam tikru momentu. Todėl galima kalbėti apie įvairias sudrumstos Δ rūšis (trumpalaikis sąmonės netekimas, stipresnių dirgiklių užslopinta Δ, dalinis Δ nepakankamumas, nenatūralios Δ formos – taip pat hipnozė, mieguistumas, hipotaksis, somnambulizmas, stipriausias sąmonės praradimas – koma).

Sapnas. Sapnų tyrimai grindžiami miego teorija ir bandoma aiškintis, iš ko kyla sapnų turinys. Sapnas išgyvenamas pabudimo akimirką (80 proc.) ir greitojo miego (REM) fazėje (7 proc.), pasikartojančioje per miegą maždaug 5 kartus. Galimas daiktas, kad REM sapnai yra ryškesni ir aiškesni nei retesni sapnai per kitas miego fazes. Svarbiausias sapnų tyrimo klausimas yra Δ funkcijos. Psichofiziologiniai tyrimai Δ sieja su nespecifinės nervų sistemos nepakankamu slopinimu miegant: šios atsitiktinės „rusenančios" sritys ir sukelia nesąmoningus psichinius įspūdžius. Gelmių psichologija sapnus laiko aktyviais pasąmonės procesais, dėl kurių susiguli praeitos dienos ar ankstesnių gyvenimo etapų neužbaigti išgyvenimai. Psichoanalizė Δ laiko užšifruota latentinių (slaptų) minčių, kurias, aiškinant Δ, įmanoma iššifruoti, išraiška. Δ turinys užšifruojamas sutirštinant, sutelkiant detales aplink svarbiausią požymį, išstumiant (klaidingai priskiriant), transformuojant (pvz., materiją į tam tikrą asmenį), skaidant (pvz., sapno figūros sudvejinimas), jungiant (daugelį asmenų į vieną), iškraipant (simboliniai objektai). Kai kurie tyrinėtojai Δ turinį aiškina vienareikšmiškai, tačiau dauguma teigia, jog sapno reikšmės individualios, kartais sapnas būna atsitiktinis ir nebūtinai atspindi kokius nors psichinius sunkumus.

Savasis Aš – vaizdinių apie save sistema. Nepaisant įvairių teorinių bandymų objektyviai aprašyti Aš, sutariama, kad kūdikis yra dar „visiška subjekto ir objekto vienovė", kuri vėliau palaipsniui dalijasi į Aš ir „kitus" (aplinką). Iš dalies šią prarastą vienovę žmogus iš naujo patiria pabudimo akimirką, taip pat sapnuodamas bei apsisvaiginęs. Kita vertus, Aš raida (individuacija) yra progresuojantis nesibaigiantis procesas, kurio tikslas apibūdinamas įvairiai (religiškai, ideologiškai ar dar kitaip, pvz., kaip išsilaisvinimas iš aistrų, vienijimasis su Dievu, asmeninė branda). Problemiškiausias klausimas yra, ar Aš yra asmens išbaigtumas, prie kurio jis artėja save reikšdamas, ar patirtų gyvenimo įvykių padarinys. Nepriklausomai nuo šio klausimo, svarbiausios tyrimų sritys susijusios su įvairiomis tarpinėmis Aš raidos pakopomis, kaip pasitikėjimo savimi ištakos, savigarba, savivaizdis, ir idealas, saugumas, vidinis turtingumas (žmogaus galimybės). Klinikinei psichologijai svarbi savęs atskleidimo problema, nes susvetimėjimas sau (nepakankamas savęs pažinimas, prarastas asmens vientisumas, sutrikę planavimo gebėjimai, tapatumo krizės, savęs vertinimo problematika, nusižengimai sau) yra įvairių psichikos sutrikimų prielaida.

Sąveika – abipusis individo (A) santykis su kitu (B: artimu žmogumi, gyvūnu, objektu, aplinka). △ sąvoka asmenybę traktuoja ne kaip izoliuotą, bet kaip visuomeninę būtybę, kurios neatskiriama dalis yra socialiniai santykiai. Kalbant apie △ plačiąja prasme matyti, kad ši sąvoka apibrėžiama neaiškiai. Vadinamasis interakcionizmas (COOLEY ir kt.) teigia, kad žmogaus ir aplinkos santykį lemia asmenybės savybės; priešinga pozicija (MISCHEL) labiau pabrėžia ne asmenybės savybes, bet specifinių situacijų įtaką elgesiui.

Dėl požymių įvairovės nusakyti △ kintamuosius sudėtinga. Individas (A) su jam būdingų požymių spektru (individualios savybės, momentinės būsenos, tikslingi įvertinimai ir nesąmoningos nuostatos) atsiduria priešais kitą (B), pasižymintį dar platesne asmeninių ar objektinių savybių skale, o abipusis santykis (C) apima ir A, ir B. Šį abipusį santykį nusako ir situacija (aplinkos, t. y. erdvės ir laiko, ypatumai), sąryšio turinys, dalyvių tarpusavio reikalavimai, prioritetai, nauda (transakcinės, t. y. abipusiai primetamos, funkcijos).

△ sutrikimai – tai ir pažeisti santykiai su savimi (asmenybės skilimo atveju) bei su objektais (pvz., pyktis nuosaviems daiktams!), ir ryšys su kitais žmonėmis (santykių sutrikimai) bei su grupėmis, ir su žiniasklaida ir kt. Svarbiausi △ tyrimo taikiniai yra reaktansas (reakcija į laisvės suvaržymo grėsmę; BREHM) ir išmoktas bejėgiškumas (susiformavusios reakcijos į nesėkmės išgyvenimą, vėliau trukdančios sąveikauti; SELIGMAN).

Sistemos teorija nagrinėja įvykių, aplinkybių ir asmenybės sąryšį. Kartu su kompiuterių technologija ir kibernetika △ išsirutuliojo į savireguliacinių sistemų valdymo mokslą. Sudėtingos sistemos veikia taip įvairiai, kad jų neįmanoma suprasti remiantis priežastinio mąstymo metodais. Naujesni sisteminio mąstymo stiliai į tai atsižvelgia ir sudėtingų sistemų, kaip, pvz., žmogaus reakcijos, psichikos sutrikimų priežastys, grupinis bendravimas, nesupaprastina. Kad būtų įmanoma susidoroti su šiais naujais reikalavimais, reikia: 1) apibrėžti sistemų ypatybes ir 2) apibūdinti kitas metodines sistemų, pakeičiančių nepakankamus tiesinius priežasties–padarinio modelius, formas.

1) Sistemų savybės turėtų apibūdinti tų sistemų sąryšio ypatumus ir tuo remiantis nusakyti jų veiklumo lygį. Žemiausio lygio sistema yra vienalaikių, gretimų, nesusijusių vienetų krūva. Aukštesnio lygio sistema yra rinkinys savarankiškai veikiančių, lygiagrečiai sujungtų elementų, kuriuos sieja jų veikimo efektai. Trečios pakopos sistema yra darinys, kurio dalyviai gali būti keičiami, o tarpusavyje susiję keleriopais abipusiais ryšiais. Dar aukštesnio lygio struktūra – tai geštaltas, kurio atskiros funkcijos nėra savarankiškos ir neatspindi visos jas pranokstančios visybės. Sudėtingos sistemos pasižymi dinamika, t. y. savireguliacija, nes atskiros jų funkcijos yra glaudžiai susijusios su sistema; dėl to jos yra ne tokios aiškios ir neparankios tikslingoms išorinėms įtakoms.

2) Norint aprašyti tokias sudėtingas sistemas, reikia grįžtamąjį ryšį, pvz., kibernetines vaizdines schemas, paaiškinanti teorija. Remdamiesi veiklos teorija ir siekdami įvaldyti sudėtingas sistemas, tinklinių grafikų kūrėjai rengia kompiuterines strategijas.

Socializacija – įsitraukimo į visuomenės gyvenimą ir adekvačių asmeninių ryšių su visuomenės nariais kūrimo procesas. Ji vyksta ir kai patiriami tam tikri sunkumai (pvz., kūdikių priežiūra, švaros įpročių ugdymas), ir kai kuriami socialiniai lūkesčiai (pvz., draugų paieškos, interesai). Asmenybės socialinė struktūra skirstoma smulkiau:

1) Vėlesniems su rangais susijusiems lūkesčiams didelę reikšmę turi ankstyvieji rangų tvarkos bei siekių išgyvenimai (tėvų vyravimas vaikų atžvilgiu, brolių ar seserų gimimo eilė). Vėlesniame amžiuje šie siekiai užimti tam tikrą rangą daugiau ar mažiau keičiasi.

2) Panaši yra vaidmenų socializacija. Be ankstyvųjų potyrių, čia svarbios ir socialinės vaidmenų stadijos (pvz., darželinukas, moksleivis ir t. t.) bei vaidmenų (šeimos, gatvės vaidmenų, vėliau – keliavimo po svetimas šalis) įgūdžiai.

3) Ryšių socializacija apima įvairius socialinio elgesio įpročius, pvz., socialinį kultūrinį kūno kalbos išmokimą (pvz., pietiečių gyvumas ir šiauriečių nerangumas).

4) Svarbiausias socializacijos žingsnis yra elgesio norminimas. Žmogų veikia daugybė nerašytų, dažnai ir nežinomų, nestruktūruotų taisyklių (apie elgesį, savicenzūrą, tikslų kėlimą, valstybės įstatymus ir kt.), kurių jis daugiau ar mažiau laikosi: pvz., slapta pažeidinėja normas arba tariamai jas gina, o iš tikrųjų nekreipia į jas dėmesio arba netgi internalizuoja ir vėliau pateikia ideologiškai kaip „sąžinės sprendimus". Taigi △ yra sudėtingas elgesio prisitaikymas, kurį aiškinant teoriškai labiau pabrėžiamos arba vidinės jėgos (pvz., gelmių psichologija), arba išorinės sąlygos (pvz., biheviorizmas).

Sprendimas – vidinis „arba–arba" pasirinkimas. △ kaip psichinį procesą apibūdina tokie požymiai: 1) sunki, verčianti veikti padėtis; 2) pasirinkimo galimybių pažinimas; 3) pasirinkimo kriterijai ir 4) apsisprendimas.

1) △ atlikti reikalinga atitinkama psichinė energija (sprendimo jėga). Ją lemia elgesio strategijos (ryžtingumas ar neryžtingumas). Ryžtingas žmogus sunkią ar konfliktišką padėtį išgyvena kaip iššūkį, neryžtingasis mėgina joje išbūti.

2) Apsisprendžiant turi būti įvertintos „arba–arba" alternatyvos: tiek jų skaičius, tiek reiškimosi tikimybė, jei bus pasirinktos tam tikros priemonės. Šiuo atveju sprendimai dažniau daromi neturint pakankamai informacijos.

3) Pasirinkimo kriterijus lemia jų pobūdis – finalinis ar retrogradinis. Finaliniai, t. y. į galutinį tikslą orientuoti, pasirinkimo kriterijai yra šie: konsekvencijos principas (didžiausios galimos naudos siekimas, NEUMANN ir MORGENSTERN žaidimo teorija), minimalios žalos principas (mažiausia galima nesėkmė; MILNER, THRALL), pasitenkinimo principas (pirmas pasitaikęs patenkinantis sprendimas; SIMON). Retrogradiniai, t. y. iš ankstesnių sprendimo motyvų kylantys pasirinkimo kriterijai: konformizmo principas (prisitaikymas prie įprastų △; ROKEACH), kontraformizmo principas (sprendimai priešingi įprastiems sprendimams; KRECH ir kt.), analogijos principas (△ vadovaujantis „geru" patyrimu; BATESON), rizikos postūmio principas (rizikingi △, pvz., įvairiose grupėse; KOGAN ir kt.), animizmo principas (△ orientuojantis į nežinomas jėgas; HELLPACH). △ teorijos bando ne tiek suprasti △ motyvus, kiek matematine forma nusakyti alternatyvų tikimybę. Tyrinėjant sprendimo klaidas mėginama paaiškinti, kokios yra klaidingų sprendimų (ypač psichologiškai paveiktų) „normalios" bei „patologinės" priežastys.

Statistika – pagalbinė psichologijos disciplina, kiekybiškai analizuojanti skaitinius dydžius 5 būdais: kaip įmanoma apžvelgti skaičių mases; kiek skaičiai patikimi; kokie skaičių tarpusavio santykiai; koks skaitinių dydžių reiškimosi dažnis; kaip redukuoti daugybę skaičių. Šiuos 5 uždavinius nagrinėja 8 pagrindiniai statistinės psichologijos skyriai.

1) Transkripcija – tai geriausias simbolinis įvairių dydžių perrašymas ir tinkamas aprašymas remiantis jų transformacija.

2) Esminis skaitinių dydžių apdorojimas – tai jų pasiskirstymo, t. y. skaičių išsidėstymo, pobūdžio apibrėžimas.

3) Tikimybių skaičiavimas teikia duomenų apie laukiamus skaitinius dydžius: atsižvelgiant į tai, galima patikrinti, kiek patikima yra tiriamoji skaičių visuma.

4) Vertinimo △ žengia dar vieną žingsnį: čia naudojami metodai, kuriais nustatomas reikšmingumo (statistinio patikimumo sritis) laipsnis.

5) Variacijos analize tiriami įvairiais veiksniais (pvz., terapinės priemonės) paveiktų ir nepaveiktų tiriamųjų skirtumai.

6) Koreliacinė △ padeda nustatyti dviejų (ar daugiau) skaičių eilių sąryšį (bet nebūtinai abipusę priklausomybę).

7) Faktorių analizė remiasi koreliacine △, bet ją išplečia redukuodama daugybę skaičių į nedaugelį fundamentalių dydžių (= faktorių).

8) Laiko sekų analize lyginami skaitiniai dydžiai atsižvelgiant į sekos pokyčius ir kartu apibrėžiama jų priklausomybė nuo išorinių įtakų.

Stresas – seniau labai ribotą fiziologinę perkrovą nusakanti sąvoka; šiandien ji platesnė – tai žmogų slegianti situacija. Sąvoka daugiareikšmė, nes labai įvairios ir žmogų slegiančios aplinkybės: žmogui tenka patirti begalę slogių akimirkų (stresorių įvairovė), kiekvienas jas išgyvena savaip (skirtingas stresorių vertinimas), reaguoja skirtingai (skirtingos reakcijos į △) ir nevienodai įveikia (skirtingos △ įveikimo strategijos). Taigi negali būti vieno visiems bendro △ valdymo būdo.

Siekiant psichologijoje įtvirtinti △ sąvoką, sukurta daugybė △ koncepcijų: △ kaip nuolatinis reagavimas į nesėkmę, △ kaip pavojaus sindromas (pradinis pajėgumas, kraštutinė riba, trūkumas); △ kaip netinkama sprendimo strategija; △ kaip savisaugos reakcija, kai viršijamas individualus △ slenkstis.

SELYE (1974) išskyrė 3 svarbiausias △ fazes: aliarmo fazė (kūnas bando persiorientuoti į naują būklę), pasipriešinimo fazė (atsakomojo šoko, t. y. perdėtos reakcijos, fazė), išsekimo fazė (prisitaikymo mechanizmų kolapsas su tikėtinais ir grįžtamais pakenkimais). Ypač pavojingos vangios reakcijos, kai △ patiriantis žmogus į sunkumą nereaguoja, o tarsi suparalyžiuotas bejėgiškai kenčia.

Suvokimas – klausos, regos, skonio ir kt. jutimų sintezės ir interpretavimo procesas. Atsirado daugybė teorijų, bandančių aiškinti tokį funkcijų derinį ir pabrėžiančių atskirus △ aspektus. Jutimo fiziologijai artimiausios sensualistinės teorijos △ laiko daugelio atskirų jutimų (arba tam tikrų dirgiklių detektorių) sąveiką. Moliarinės teorijos remiasi daugiausia išgyvenimų fenomenologija ir iš esmės su jais sieja

individualias △ tendencijas. Peritalinės teorijos iškelia galimybę △ treniruoti ir pagerinti. Todėl △ patyrimą jos sieja su suvokiančiojo jutimų aktyvumo, atrankos bei sustiprinimo gebėjimais. Tai ypač būdinga naujai △ semantikos šakai, tiriančiai, kaip ieškoma prasmės beprasmiuose dariniuose, ir taip atskleidžiančiai iškart nepastebimus △ ypatumus. Suvokinius lemia jų specifiškumas (6 tolimieji ir 2 artimieji jutimai), lokalizacija (objektų vietos nustatymas pagal nuolatinius požymius) ir transdukcija – fizinės energijos virtimas nerviniu impulsu (kodo atpažinimo sąlyga). Tuo būdu nuo percepcijos (paprasto dirgiklių priėmimo) ir apercepcijos („suprantančio" △ remiantis patirtimi) pereinama prie pagavos (individualiai interpretuojamos aplinkos išgyvenimo). Svarbiausi △ dėsniai yra kontrastas (△ gerinantis ribų išryškinimas), △ slenksčiai (absoliutus, skirtumo ir reakcijos slenkstis), figūra ir fonas (asmeninių ypatumų sąlygotos figūros išskyrimas, visa kita tampa fonu), △ pastovumas (požymių išlikimas kintant jutimų sąlygoms), asimiliacija (šviesos ir kitų nuokrypių subalansavimas), tikslumas (pirmenybės teikimas paprastoms ir uždaroms figūroms).

Talentas – tai individuali gebėjimų sistema. Ankstesniuose tyrimuose buvo remiamasi prielaida, kad egzistuoja pastovi individualių gebėjimų suma (bazinės potencijos, galimybės), kurių raišką lemia žmogaus pajėgumas (talentas). Lygiagrečiai tiriant intelektą ir kūrybiškumą, △ sąvokos reikšmė gerokai pasikeitė, t. y. pradėta analizuoti ir su asmenybe nesusijusias aplinkybes. Nuo to laiko įvairios teorinės kryptys šią sąvoką bando aprašinėti siauresne prasme, pagal tam tikrus akcentus.
1) Natyvistai △ toliau laiko daugiau ar mažiau pastovia dispozicija (t. y. disponavimu išankstiniais duomenimis).
2) Aprašomoji fenomenologinė kryptis gabumus apibūdina individualiai ir kiek galima neutraliai. Aprašomi gebėjimų pasiskirstymo tarp gyventojų arba tam tikrų (pvz., amžiaus) grupių lyginamieji požymiai.
3) Biheviorizmas △ sąvokos vengia arba ji vartojama tik apibūdinti išmokimui, kaip ilgiau ar trumpiau užtrukusiam reagavimui.
4) Socialiniu-dinaminiu aspektu △ suprantamas kaip visuomenės laimėjimų pagrindas, kuriam svarbi taip pat socializacija bei socialinė situacija. Šia prasme △ lemia ne tik individualios prielaidos, bet ir artimesnės (pvz., šeimos) ar tolimesnės (kultūrinė terpė) aplinkos lūkesčiai bei auklėjimo būdai, vertybinės orientacijos, skatinimai. Taigi △ sąvoka labiau atspindi vidinių ir išorinių sąlygų sampyną su tam tikra lemtingų gebėjimų sistema, prie kurios individas jam deramu būdu prisitaiko arba neprisitaiko.

Tapatumas – svarbiausias savęs atskleidimo požymis, kurio dėka individas tampa asmenybe. Šis visą gyvenimą trunkantis procesas yra greičiau pakopinis (LOEVINGER) negu nuoseklus. Jo tikslas yra žmogaus Aš vientisumas, patvirtinantis visus laukiamus Aš kriterijus. Tokie sąmoningai ar nesąmoningai keliami tikslai suponuoja kiekvienam žmogui skirtingus tikslo vaizdinius:
a) suvokimą, ką reikia daryti (reikalavimai sau);
b) prielaidą, kokie gebėjimai tam padeda (savęs vertinimas);
c) nurodymą, ką norima aktyviai pateikti (iniciatyva);
d) supratimą, kas pasiekta, o kas ne (aiškinimasis).
Pats procesas vadinamas tapatinimusi ir pagal požymius skirstomas į daugelį sričių. △ gali formuotis heteropatiškai (SCHELER) arba įcentriniu būdu (WALLON): pirmuoju atveju orientuojamasi į kitą žmogų arba △ grupę (projekcija), antruoju atveju – kiti įtraukiami į save (introjekcija). Tokia asimiliacija yra ne vien mėgdžiojimas. Jos prielaidos yra empatija, palankumas, akivaizdumas (žinojimas, kad tai, kas asimiliuota, yra vertinga) ir imlumas (lengvas tapatinimosi objektų perėmimas).
Turinio prasme tapatinimosi objektai yra tiek asmenys, tiek asmenų grupės, taip pat (kai kurių teoretikų išskiriami) daiktiniai objektai (pvz., fetišai, turtai, simboliai), funkcijos (pvz., profesinė padėtis), institucijos (pvz., draugijos) ir nematerialūs objektai (pvz., pasaulėžiūros, tautybės). Tapatinimasis (kaip internalizavimas) yra ir pažiūrų (normos, lūkesčiai ir kt.) perėmimas, ir (kaip inkorporavimas) tam tikrų dalykų prie savo Aš prijungimas. △ yra ir racionalus, ir emocionalus susisaistymas, gali būti susijęs tiek su tapatinimosi objektų daliniais aspektais, atskiromis savybėmis bei atributais (dalinis △), tiek su asmeniu kaip pavyzdžiu arba su visa objektų sistema kaip su idealu (visuotinis △).
Kritiniais gyvenimo laikotarpiais, kai ligšiolinis gyvenimo būdas atrodo jau netinkamas, bet žmogus nenusiteikęs pokyčiams, reikalingiems naujai △ formai susidaryti, gali ištikti △ krizės.

Tikimybė – subjektyvūs ir objektyvūs lūkesčiai, pagrįsti tam tikrų dabarties ar ateities įvykių dažnumu. Paprasčiausia Δ apskaičiuojama kaip vienos iš 2 būklių alternatyva (binominis skirstinys). Atsižvelgiant į šį privalumą, binominiai skirstiniai dažnai sukuriami dirbtinai (p-q-skirstinys). Fimo skirstiniai (*phimus* – puodelis žaidimo kauliukams dėti) pasižymi baigtiniu ir aprėpiamu alternatyvų skaičiumi. Kuo daugiau alternatyvų ir kuo jų galimybės platesnės, tuo sudėtingesnių statistinių metodų reikia vidutinei Δ (Δ vidurkiui) iš anksto apskaičiuoti. Δ nustatoma įvairiais metodais; galima pažymėti 2 jų grupes.

1) Kombinatorika sukeitimu nustato galimybių skaičių, t. y. kaip baigtinių elementų kiekį galima laisvai derinti tarpusavyje. Derinant elementus paaiškėja, kiek jų minimaliai ir kiek maksimaliai reikia skaičiavimo užduočiai.

2) Skaitinių dydžių patikimumą galima nustatyti skaičiuojant Δ kaip bandymą lyginti vertinimo funkcijas. Pagal aritmetinį trikampį gali būti modeliuojamas didėjantis, pagal romėniškąjį šulinį – mažėjantis dažnis.

Apskaičiuoti Δ ypač svarbu vertinant tokias sritis, kurių skaitiniai duomenys greičiausiai nėra atsitiktiniai ir atspindi tikruosius esminius skirtumus.

Tipologija – bandymai skirstyti asmenis ar jų savybes į tam tikras grupes. Pirmiausia turi būti iškelti svarbiausi požymiai, skiriantys vienus žmones nuo kitų. Ankstyvojoje Δ buvo remiamasi vyraujančių hormonų požymiais (pvz., HIPOKRATO tipai: cholerikas, melancholikas, sangvinikas, flegmatikas), išgyvenimo ypatumais (pvz., RORSCHACHO intraversinis, dilatacinis ir kt.), požiūrių skirtumais (pvz., JAENSCHO organiškas, fragmentiškas ir kt.), mąstymo savybėmis (pvz., WENZLO receptyvus, signityvus ir kt.), pagrindinėmis funkcijomis (pvz., PFAHLERIO dėmesingas, įtaiglus ir kt.), elgesio ypatumais (pvz., DRACHO motorinis, vizualinis ir kt.), pasaulėžiūros skirtumais (pvz., JASPERSO orientuotas į objektus, entuziastingas ir kt.), gyvenimo formomis (SPRANGERIO estetas, valdžios žmogus ir kt. tipai). Šios Δ turi tik istorinę reikšmę.

Išimtis yra E. KRETSCHMERIO sudaryta Δ pagal konstituciją. Jis skiria tipus pagal kūno sudėjimo bei psichopatologijos tendencijų sąryšį: piknikui būdingos cikloidinės, astenikui – schizoidinės, atletui – epileptoidinės tendencijos.

Asmenis skirstyti į tipus atsisakoma, nes „gryni" tipai labai reti ir netinka žmonėms apibūdinti.

Nuo XX a. šeštojo dešimtmečio tipologiniais vienetais vis dažniau laikomi ne asmenys, bet psichiniai procesai. Nuo tada yra bandoma atskirus požymius (pvz., kūrybiškumą) grupuoti su kitais: tuo siekiama nustatyti intensyvesnius požymių ryšius (klasterių sudarymas) arba iš daugelio požymių išryškinti pagrindinius (faktorių išskyrimas). Toks tipologizavimas (pagrįstas daugiausia eksperimentais, statistika) yra taksonominis, kitaip tariant, klasifikuojama remiantis panašumų ar koreliacijų matrica.

Tyrimo metodas. Kaip kiekvienas mokslas, psichologija vadovaujasi daugybe skirtingai grindžiamų metodų. Kadangi psichologija glaudžiai siejasi su gamtos, socialiniais, humanitariniais mokslais, jos metodų gama itin plati, pradedant subjektyvia savistaba, matematinėmis simuliacijomis ir baigiant masine paklausa. Svarbiausia yra metodų pagrindimo forma. Tai garantuoja trys pagrindiniai dalykai.

1) Metodika teikia kiekybinio vertinimo, matavimo duomenų struktūrinimo, tyrimo hipotezių bei eksperimentų planų kūrimo kriterijus.

2) Testų teorija teikia kriterijus tiriamųjų duomenų objektyvavimui, matavimo tikslumui ir validumui tikrinti.

3) Statistika padeda nustatyti kiekybinių dydžių patikimumą, jų abipusę priklausomybę, reiškimosi tikimybę, taip pat sutvarkyti bei redukuoti į pagrindinius kintamuosius (faktorius) dideles skaičių mases. Galima išskirti 3 pagrindinius metodus: savo ar kitų elgesio stebėjimai, apklausos, lauko ir laboratoriniai eksperimentai.

Žaidimas – savitikslė veikla vaikystėje. Teorine prasme Δ, kaip reikalingas elgesys, aiškinamas įvairiai.

1) Energijos pertekliaus teorijos Δ vertina kaip jėgų perteklių, kai jėgos, jau nebūtinos pirminiam gyvybės išsaugojimui, yra skiriamos laisvai, malonumą teikiančiai veiklai.

2) Katarsio teorijos Δ aiškina kaip reiškinį, kai troškimai dėl frustracijos projektuojami į įsivaizduojamus objektus; taip kompensuojamas nepasitenkinimas, kartu nutolstama nuo realybės.

3) Mokymosi teorijos pabrėžia imanentinį Δ poreikį ir vertina kaip būtiną elgesį bei kaip mokymosi sąlygą – tai garantuoja švietimąsi bei gyvenimo uždavinių sprendimą ateityje.

4) Kognityvinės teorijos Δ apibūdina kaip procesą, padedantį išplėsti orientavimosi reakcijas, kurios, pvz., pagal žaidimo taisykles reikalauja spręsti problemas, kartu patenkinti vidinį smalsumo poreikį.

5) Socialinė psichologija iškelia Δ pasireiškiantį partneriškumo siekį (tiek žaidžiant vie-

nam, tiek su partneriu); taip tarsi „įsižaidžiami" bendravimo pagrindai.
6) Motyvacijos teorijos nagrinėja individualias △ priežastis ir poreikius, kurie priklauso nuo žaidimo pobūdžio (pvz., šachmatai, futbolas, indėnų žaidimas) ir gali būti skirtingai aiškinami: pradedant įgimtu △ instinktu (PAVLOV), baigiant motyvų autonomija, t. y. laisvu pasirinkimu (BENESCH).
△ taikomi kaip diagnostinė priemonė, kaip socialinė prevencija, kaip terapija žmonėms, turintiems psichikos sutrikimų. Suaugusiųjų △ tampa aistra tada, kai △ reikšmė perdedama arba kai △ pradeda trukdyti gyventi.

Ženklų teorija. △ ištakos – ARISTOTELIO „formų teorija", pagrindėjas – Viduramžiais gyvenęs RAIMUNDAS LULLUSAS; XVII a. △ kaip matematinę „sąvokų kalbą" toliau plėtojo GOTTFRIEDAS WILHELMAS VON LEIBNIZAS, XIX a. – C. S. PEIRCE ir GOTTLOBAS FREGE, vėliau FERDINANDAS DE SAUSSURE (1916) ją išplėtė: taip atsirado bendroji ženklų teorija (semasiologija). Šiandien △ yra pagrindinė teorija, ženklą laikanti objekto ir jo reikšmės sąryšio tarpininku. Psichokibernetika tokius ženklus taip pat vertina kaip materialių nervų sistemos perdavimo procesų ir užkoduotos psichinės reikšmės realų ryšį. △ sudaro 2 sritys: ženklų pozicijos ir ženklų santykių teorijos (žr. I 5, C).
1) Svarbią ženklų funkciją išreiškia tokios realiai su jais susijusios sąvokos kaip forma arba kodas (užšifruotos perdavimo technikos, pvz., amplitudinis ar dažninis kodavimas).
2) Visi ženklai susiję su objektu, kurį jie nusako, arba su perdavimo (pvz., nervų sistemos) procesu, kurį koduoja ar modeliuoja.
3) Reikšmė atspindi žymimo dalyko prasmę, o psichinė reikšmė – netgi išgyvenimą ar elgesį – kaip esminį psichinį išorinio pasaulio požymį.
4) Ženklai arba kodai yra naudotini tik tada, kai yra sistemos dalis (pvz., kalbos, kintamų dažnių juostos), t. y. kai ženklų įvairumas garantuoja informacijos perdavimą.
5) Ženklai visada yra tam tikri tarpininkai, pvz., tarp žmonių, tarp siuntėjo ir gavėjo arba tarp abiejų sąveikaujančių pozicijų. Tai ir yra jų funkcionalumo pagrindas (kitaip ženklas būtų tapatus reikšmei).
6) Ženklų santykių teorija vadinama sigmatika; ji nagrinėja objektyvius ženklų bei kodų ir jais žymimų daiktų santykius.
7) Sintaksė aiškina ženklų ir jų atsargų ryšius. Kuo didesnė ženklų atsarga (aibė), tuo lengviau jais perteikti tam tikrą informaciją.
8) Pragmatika, atsižvelgdama į siuntėjo ir gavėjo pajėgumą, šį santykį konkrečiai ar individualiai kaitalioja.
9) Pagaliau semantika nagrinėja laisvą komunikacinį, informacinį, konvencinį (= sutartinį) ir destinacinį (= galutinio tikslo) keitimąsi reikšmėmis, nes reikšmės ženklams arba kodams gali būti priskiriamos savavališkai (iš dalies laisvai).

Literatūra

Psichologijos literatūros yra be galo daug. Dažniausiai pateikiami veikalui panaudotos literatūros sąrašai. Mūsų leidiniui toks sąrašas būtų per daug ilgas. Todėl apsiribojame *rekomenduojama* literatūra, suskirstyta pagal 22 skyrius, ir trumpai nurodome jos situaciją:

Įvadas

D. Katz: Ps. Atlas – orbis pictus psychologicus. Bern: Schwabe 1945 (*plg. Pratarmė*, t. 1).

Šiuo metu populiariausias įvadas į bendrąją psichologiją yra:

D. Krech, R. S. Crutchfield (Hg.): Grundlagen der Ps. Weinheim: PVU 1992

Kiti įvadai (abėcėlės tvarka):

G. Anschütz: Ps. Hamburg: Meiner 1953

R. Brown, R. J. Herrnstein: Grundriß der Ps. Berlin: Springer 1984

M. Kuhn: Psychologie studieren? Weinheim: Ps. heute 1996

U. Laucken, A. Schick: Einf. in das Studium der Ps. Stuttgart: Klett [4]1978

H. Legewie, W. Ehlers: Knaurs mod. Ps. München: Droemer-Knaur [2]1979

G. Lüer (Hg.): Allgemeine Experimentelle Ps. Stuttgart: G. Fischer 1987

W. u. U. Schönpflug: Ps. Weinheim: PVU [2]1989

H. Spada (Hg.): Lehrb. Allg. Ps. Bern: Huber 1990

D. Ulich: Einf. in die Ps. Stuttgart: Kohlhammer 1989

I. Wagner: Ps. Gütersloh: Lexikothek 1983

D. Wendt: Allg. Ps. Stuttgart: Kohlhammer 1989

P. G. Zimbardo: Ps. Berlin: Springer [5]1992

C. J. Hogrefe'ės psichologijos leidykla Göttingene ketina išleisti 88 tomus Psichologijos enciklopedijos; *kai kurie tomai jau yra pasirodę.*

Fischerio leidykla (Fischer-Taschenbuch-Verlag, Frankfurt) *1990 m. išleido* Psichologijos skaitinius, *kuriuose pateikta kelių tūkstantmečių psichologinių tekstų.*

Terminologija

Žodynų yra labai daug, todėl apsiribojame aiškinamąjį psichologijos sąvokų žodynėlį (p. 447) *papildančiais leidiniais.*

K.-H. Ahlheim (Hg.): Meyers kleines Lexikon Ps. Mannheim: BI 1986

W. Arnold, H. J. Eysenck, R. Meili (Hg.): Lexikon der Ps. 3 Bde. Freiburg: Herder 1972

R. Asanger, G. Wenninger (Hg.): Hwb. der Ps. Weinheim: Beltz 1992 (Studienausg.)

H. Benesch: Enzyklopädisches Wb. Klin. Ps. und Psychotherapie. Weinheim: PVU-Beltz 1995

E. Bornemann: Lexikon der Sexualität. Herrsching: Pawlak 1984

R. Brunner, W. Zeltner: Lexikon der Pädagog. Ps. und Schulpädagogik. München: Reinhardt 1980

R. Brunner, u. a. (Hg.): Wb. der Individualps. München: Reinhardt 1985

G. Clauß (Hg.): Wb. der Ps. Leipzig: Bibliograph. Institut 1976

D. Cohen: Lexikon der Ps. München: Heyne 1995

R. J. Corsini (Hg.): Encyclopedia of Psychology. 4 Bde. New York: Wiley & Sons 1984

F. Dorsch (Hg.): Ps. Wb. Bern: Huber [12]1994

H. C. J. Duijker, M. J. van Rijswijk: Dreispr. Ps. Wb. Assen: Vangorcum 1975

K. Eichmann, I. Mayer: Kursbuch Psychotherapie. München: Weixler 1985

W. D. Fröhlich: dtv-Wb. zur Ps. München: dtv [20]1994

Th. Herrmann, P. Hofstätter, H. Huber, F. Weinert (Hg.): Hb. ps. Grundbegriffe. München: Kösel 1977

K. Immelmann: Wb. der Verhaltensforschung. München: Kindler 1975

L. Laplanche, J.-B. Pontalis: Das Vokabular der Psa. Frankfurt: Suhrkamp 1973

E. Lippert, R. Wackenhut (Hg.): Hwb. der Polit. Ps. Opladen: Westdt. Verlag 1983

H. Nagera (Hg.): Psychoanalyt. Grundbegriffe. Frankfurt: Fischer 1987

U. H. Peters: Wb. der Psychiatrie und med. Ps. München: Urban & Schwarzenberg [2]1977

G. Rexilius, S. Grubitsch (Hg.): Hb. ps. Grundbegriffe. Reinbek: Rowohlt 1981

W. Schmidbauer: Ps.-Lexikon der Grundbegriffe. Reinbek: Rowohlt 1991

A. Schorr (Hg.): Hwb. der Angew. Ps. in Schlüsselbegriffen. Bonn: Dt. Psychologen Verlag 1993

F. B. Simon, H. Stierlin: Die Sprache der Familientherapie. Stuttgart: Klett-Cotta [2]1992

K. v. Sury: Wb. der Ps. und ihrer Grenzgebiete. Olten: Walter [4]1974
U. Tewes (Hg.): Lexikon der med. Ps. Stuttgart: Kohlhammer 1977
Thesaurus of psychological terms. Washington: APA [2]1977
H. Zeiher: Wb. der Lerntheorie und der Verhaltenstherapie. München: Kindler 1976

1 sk.: Teorijos istorija

Psichologijos teorijos istorija dar nėra pakankamai išplėtota, t. y. dar trūksta apibendrinamųjų darbų.

H. Albert, K. H. Stapf (Hg.): Theorie und Erfahrung. Stuttgart: Klett-Cotta 1979
Aristoteles: Von der Seele. Übersetzungen. Jena: Diederichs 1924; München: dtv 1987
F. Attneave: Informationstheorie in der Ps. Bern: Huber 1965
H. Balmer (Hg.): Gesch. der Ps. 2 Bde. Weinheim: Beltz 1982
H. Benesch: Hb. zur Prakt. Ps. Tübingen: Studienverlag [3]1973
H. Benesch, F. Dorsch (Hg.): Berufsaufgaben und Praxis des Psychologen. München: Reinhardt 1984
Berufsverband Dt. Psychologen (Hg.): Das Praxishb. Bonn: Dt. Psychologen Verlag 1986
W. F. Bonin: Die großen Psychologen. Düsseldorf: Econ 1983
E. G. Boring: A History of Experimental Psychology. New York: Appleton [2]1950
K. Bühler: Die Krise der Ps. Stuttgart: G. Fischer [2]1965
R. M. Coan: Toward a Psychological Interpretation of Psychology. Journ. Hist. Behavior. Science, 9. 1973
M. Dessoir: Abriß einer Gesch. der Ps. Heidelberg: Winter 1911
F. Dorsch: Gesch. und Probleme der angewandten Ps. Bern: Huber 1963
P. Gottwald, Ch. Kraiker (Hg.): Zum Verhältnis von Theorie und Praxis in der Ps. Weinheim: Beltz 1976
H. Gundlach (Hg.): Arb. z. Ps.-Geschichte. Göttingen: Hogrefe 1994
W. Hehlmann: Gesch. der Ps. Stuttgart: Kröner 1963
W. Herzog: Modell und Theorie in der Ps. Göttingen: Hogrefe 1984
A. Iseler, M. Perrez (Hg.): Relevanz in der Ps. München: Reinhardt 1976
E. Kretschmer: Körperbau und Charakter. Berlin: Springer [24]1961
W. Leinfellner: Einf. in die Erkenntnis- und Wiss. theorie. Mannheim: BI [3]1980
H. E. Lück, R. Miller, W. Rechtien: Gesch. der Ps. München: Urban & Schwarzenberg 1984
H. Misiak, U. S. Sexton: History of Psychology. New York: Grune & Stratton 1966
L. J. Pongratz: Problemgesch. der Ps. München: Francke [2]1984
B. Révész: Gesch. des Seelenbegriffs und Seelenlokalisation. Stuttgart: Enke 1917
A. A. Roback: Weltgeschichte der Ps. und Psychiatrie. Olten: Walter 1970
K. A. Schneewind (Hg.): Wissenschaftstheoret. Grundlagen der Ps. München: Reinhardt 1977
D. Schultz: A History of Modern Psychology. New York: Academic Press 1981
F. Seeger: Relevanz und Entwicklung der Ps. Darmstadt: Steinkopff 1977
H. Seiffert: Einf. in die Wiss. theorie. 3 Bde. München: Beck [11]1991, [9]1991, [2]1992
R. J. Watson: The History of Ps. and Behavioral Science. New York: Springer 1978
E. G. Wehner (Hg.): Geschichte der Ps. Darmstadt: Wiss. Buchges. 1990
M. Wertheimer: A Brief History of Ps. New York: Holt, Rinehart & Winston 1970

2 sk.: Metodika

Kaip įvadu galima naudotis J. Bortzo knyga.

J. Archer, L. I. A. Birke: Exploration. Wokingham: van Nostrand 1983
W. Arnold (Hg.): Ps. Praktikum. 2 Bde. Stuttgart: G. Fischer [7]1972
P. Atteslander: Methoden zur empir. Sozialforschung. Berlin: de Gruyter [2]1971
H. Bartenwerfer, U. Raatz: Methoden der Ps. Wiesbaden: Akad. Verlagsges. 1979
U. Baumann: Ps. Taxometrie. Bern: Huber 1971
H. H. Bock: Automat. Klassifikation. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht 1974
J. Bortz: Lehrb. der empir. Forschung. Berlin: Springer 1984
J. Bredenkamp, H. Feger (Hg.): Hypothesenprüfung. Göttingen: Hogrefe 1983
W. Bungard (Hg.): Die „gute" Versuchsperson denkt nicht. München: Urban & Schwarzenberg 1980
C. H. Coombs: A Theory of Data. New York: Wiley 1964
W. Deppe: Formale Modelle in der Ps. Stuttgart: Kohlhammer 1977
E. Dichter: Hb. der Kaufentscheidung. Düsseldorf: Econ 1964
A. L. Edwards: Versuchsplanung in der ps. Forschung. Weinheim: Beltz [2]1973

H. Feger, J. Bredenkamp (Hg.): Enzyklopädie der Ps. Themenbereich B. Bände 2–5. Göttingen: Hogrefe 1983
J. Friedrichs, H. Lüdtke: Teilnehmende Beobachtung. Weinheim: Beltz [3]1977
V. Gadenne: Theorie und Erfahrung in der ps. Forschung. Tübingen: Mohr 1984
G. Gallup, S. F. Rae: The Pulse of Democracy. New York: Simon & Schuster 1940
G. Gigerenzer: Messung und Modellbildung in der Ps. München: Reinhardt 1981
W. Hawel (Hg.): Datenverarbeitung in der Ps. Stuttgart: Kohlhammer 1975
Th. Herrmann: Die Ps. und ihre Forschungsprogramme. Göttingen: Hogrefe 1976
W. Herzog: Modell und Theorie in der Ps. Göttingen: Hogrefe 1984
K. Holzkamp: Theorie und Experiment in der Ps. Berlin: de Gruyter 1964
G. L. Huber, H. Mandl (Hg.): Verbale Daten. Weinheim: Beltz 1982
O. Huber: Das ps. Experiment. Bern: Huber 1987
G. Jüttemann (Hg.): Qualitative Forschung in der Ps. Heidelberg: Asanger [2]1989
R. Kirchhoff: Gegenstandslose Theorie. In: G. Eberlein, R. Pieper (Hg.): Ps. – Wissenschaft ohne Gegenstand. Frankfurt: Campus 1976
J. Klapproth: Einf. in die ps. Methodik. Stuttgart: Kohlhammer 1975
R. König (Hg.): Hb. der empir. Sozialforschung. 14 Bde. Stuttgart: Enke [3]1973
K. Krippendorff: Content Analysis. Beverly Hills: Sage 1980
W. Kühn: Einf. in die multidimensionale Skalierung. München: Reinhardt 1976
W. Maschewsky: Das Experiment in der Ps. Frankfurt: Campus 1977
P. Mayring: Qualitative Inhaltsanalyse. Weinheim: DSV 1990
E. Noelle-Neumann: Umfragen in der Massengesellschaft, Reinbek: Rowohlt 1963
B. Orth: Einf. in die Theorie des Messens. Stuttgart: Kohlhammer 1974
C. E. Osgood: Method and Theory in Experimental Psychology. London: Oxford Univ. Press [3]1962
J. L. Patry (Hg.): Feldforschung. Bern: Huber 1981
E. Roth (Hg.): Sozialwiss. Methoden. München: Oldenburg 1984
G. Rudinger, F. Chaselon, E. J. Zimmermann, H. J. Henning: Qualitative Daten. München: Urban & Schwarzenberg 1985
H. Rust: Inhaltsanalyse. München: Urban & Schwarzenberg 1983
V. Sarris: Methodolog. Grundl. der Experimentalps. München: Reinhardt 1990
V. Sarris, A. Parducci (Hg.): Die Zukunft der experimentellen Ps. Weinheim: PVU 1987
T. Schulz, K.-P. Muthig, K. Koeppler: Theorie. Experiment und Versuchsplanung in der Ps. Stuttgart: Kohlhammer 1981
H. Selg, W. Bauer: Forschungsmethoden der Ps. Stuttgart: Kohlhammer 1971
F. Sixtl: Meßmethoden der Ps. Weinheim: Beltz 1967
H. Stachowiak: Allg. Modelltheorie. Berlin: Springer 1973
W. Stegmüller: Theoriedynamik. Berlin: Springer 1973
S. S. Stevens (Hg.): Handbook of Experimental Psychology. New York: Wiley & Sons [3]1960
W. Traxel: Einf. in die Methodik der Ps. Bern: Huber 1964
A. van Ven: Einf. in die Skalierung. Bern: Huber 1980
H. Wottawa: Strategien und Modelle in der Ps. München: Urban & Schwarzenberg 1984

3 sk.: Statistika

Gausi statistikos literatūra teminiu ir didaktiniu atžvilgiu yra labai įvairi, todėl jai priskiriama vis daugiau vadovėlių. Įvadui rekomenduojami G. Claussas, H. Ebneris.

G. Bamberg, F. Baur: Statistik. München: Oldenbourg [2]1982
M. Bogun, C. Erben, R. Schulmeister: Einf. in die Statistik. 2 Bde. Weinheim: Beltz 1983
J. Bortz: Lehrb. der Statistik. Berlin: Springer 1979
K. Brücker-Steinkuhl: Die Analyse des Zufallsgeschehens. Wiesbaden: Akad. Verlagsges. 1980
G. Clauß, H. Ebner: Grundlagen der Statistik. Berlin (Ost): Volk und Wissen [7]1983
R. A. Fisher: The Design of Experiments. Edinburgh: Oliver & Boyd [8]1966
B. Flury, H. Riedwyl: Angew. multivariate Statistik. Stuttgart: G. Fischer 1983
H. Gaensslen, W. Schubö: Einfache und komplexe Analyse. München: Reinhardt [2]1976
M. Hofer, U. Franzen: Theorie der angew. Statistik. Weinheim: Beltz 1975
H. P. Huber: Psychometh. Einzelfalldiagnostik. Weinheim: Beltz 1973
H. Kellerer: Statistik. Hamburg: Rowohlt 1960
E. Kreyszig: Statist. Verfahren und ihre Anwendung. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht [5]1975

H. Lohse, R. Ludwig, M. Röhr: Statist. Verfahren. Berlin (Ost): Volk und Wissen 1982
J. Neyman: First Course in Probability and Statistics. New York 1950
W. Oberhofer: Wahrscheinlichkeitstheorie. München: Oldenbourg 1979
F. Petermann, F.-J. Hehl: Einzelfallanalyse. München: Urban & Schwarzenberg 1979
D. Revenstorf: Faktorenanalyse. Stuttgart: Kohlhammer 1980
L. Sachs: Angew. Statistik. Berlin: Springer [4]1974
D. Steinhausen, K. Langer: Clusteranalysen. Berlin: de Gruyter 1977
B. Strauß: Einzelfallstatist. Analysen tägl. Selbstanalysen. Bern: Lang 1986
H. Swoboda: Knaurs Buch der mod. Statistik. München: Droemer-Knaur 1974
U. Tränkle: Mathemat. und statist. Methoden für Studierende. Münster: Aschendorff 1991
K. Überla: Faktorenanalyse. Berlin: Springer [2]1971
H. M. Walker: Mathematik für den statist. Grundkurs. Weinheim: Beltz 1971
T. Weber: Zeitreihenanalysen in der Betriebsps. Diss. Marburg 1990
J. Werner: Lineare Statistik. Weinheim: PVU 1997

4 sk.: Neuropsichologija

Neuropsichologija (nervų sistemos ir psichikos ryšių tyrimai) ir psichofiziologija (viso kūno ir psichikos ryšių tyrimai) iš dalies sutampa. Todėl jos neatskiriamos ir čia. Įvadui: J. G. Beaumontas.

J. G. Beaumont: Einf. in die Neurops. Weinheim: Beltz 1987
D. Becker: Hirnstromanalysen affektiver Verläufe. Göttingen: Hogrefe 1972
Ch. Becker-Carus, Th. Heyden, G. Ziegler: Psychophysiolog. Methoden. Stuttgart: Enke 1979
W. Beier, K. Glass: Bionik. Leipzig: Urania 1968
H. Benesch: Der Ursprung des Geistes. Stuttgart: DVA 1977. München: dtv 1980
H. Benesch: Zwischen Leib und Seele. Grundlagen der Psychokybernetik. Frankfurt: Fischer 1988
N. Birbaumer: Physiolog. Ps. Berlin: Springer 1975
N. Birbaumer: Neurops. der Angst. München: Urban & Schwarzenberg 1973
R. Bösel: Physiolog. Ps. Berlin: de Gruyter 1981
C. C. Brown: Methods in Psychophysiology. Baltimore: Williams & Wilkins 1967
A. Canavan, G. Sartory: Klin. Neurops. Stuttgart: Enke 1990
F. Curtius: Klin. Konstitutionslehre. Berlin: Springer 1954
L. Delius, J. Fahrenberg: Psychovegetative Syndrome. Stuttgart: Thieme 1966
K. J. Ehrhardt: Neurops. „motivierten" Verhaltens. Stuttgart: Enke 1975
H. J. Eysenck: The Biological Basis of Personality. Springfield: Thomas 1967
J. Fahrenberg: Psychophysiolog. Persönlichkeitsforschung. Göttingen: Hogrefe 1967
R. Frowein, G. Harrer: Vegetativ-endokrine Diagnostik. München: Urban & Schwarzenberg 1957
M. S. Gazzaniga: Das erkennende Gehirn. Paderborn. Junfermann 1988
N. S. Greenfield, R. A. Sternbach (Hg.): Handbook of Psychophysiology. New York: Holt, Rinehart & Winston 1972
S. P. Grossman: Textbook of Physiological Psychology. New York: Wiley 1967
E. Grünthal: Psyche und Nervensystem. Berlin. Duncker & Humblot 1968
G. Guttmann: Lehrbuch der Neurops. Bern: Huber [3]1982
M. Haider (Hg.): Neurops. Bern: Huber 1971
N. Hennig (Hg.): Klin. Laboratoriumsdiagnostik. München: Urban & Schwarzenberg [3]1966
W. R. Hess: Ps. in biolog. Sicht. Stuttgart: Thieme [2]1968
J. N. Hingtgen, D. Hellhammer, G. Huppmann (Hg.): Advanced Methods in Psychobiology. Toronto: Hogrefe 1987
L. v. Karolyi: Anthropometrie. Stuttgart: G. Fischer 1971
H. Kuhlenbeck: Gehirn und Bewußtsein. Berlin: Duncker & Humblot 1973
O. Lanc: Psychophysiolog. Methoden. Stuttgart: Kohlhammer 1977
R. T. Louttit: Physiolog. Ps. Weinheim: Beltz 1971
A. R. Luria: The Working Brain. London: Penguin 1973
G. Meinecke: Das Problem des Bewußtseins. Berlin: Duncker & Humblot 1969
P. M. Milner: Psychophysiological Ps. London: Holt, Rinehart & Winston 1973
C. T. Morgan: Physiological Psychology. New York: McGraw-Hill [3]1965
M. Myrtek: Psychophysiolog. Konstitutionsforschung. Göttingen: Hogrefe 1980

E. Perret: Gehirn und Verhalten. Bern: Huber 1973
H. Rohracher: Die Arbeitsweise des Gehirns und die psych. Vorgänge. München: Barth [3]1953
R. Schandry: Psychophysiologie. München: Urban & Schwarzenberg 1981
V. B. Svečinskij: Probleme der Neurokybernetik und Neurobiologie. Stuttgart: G. Fischer 1971
T. v. Uexküll (Hg.): Psychosomat. Medizin. München: Urban & Schwarzenberg [3]1986
K. W. Walsh: Neuropsychology. Edinburgh: Churchill 1978
V. Weiss: Psychogenetik. Jena: G. Fischer 1982
D. E. Wooldridge: Mechanik der Gehirnvorgänge. München: Oldenbourg 1967

5 sk.: Suvokimo psichologija

Suvokimo psichologija jau nebėra svarbiausia tyrimų sritis, kaip kad buvo XX a. pradžioje, dėl to iš gausybės publikacijų tenka daryti griežtą atranką. Įvadui: D. Krechas, R. S. Crutchfieldas.

F. C. Bartlett: Denken und Begreifen. Köln: Kiepenheuer & Witsch 1952
H. W. Bexton, W. Heron, T. H. Scott: Effects of Decreased Variation in the Sensory Environment. Canad. Journ. of Psychol. 8, 1954
E. L. Brown, R. K. Deffenbacher: Perception and the Senses. New York: Oxford Univ. Press 1979
J. S. Bruner, L. Postman: Emotional Selectivity in Perception and Reaction. Journ. Pers. 16, 1947
E. Brunswik: Wahrnehmung und Gegenstandswelt. Leipzig: Deuticke 1929
S. Ertel, L. Kemmler, M. Stadler (Hg.): Gestalttheorie in der mod. Ps. Darmstadt: Steinkopff 1975
A. Flade, G. M. Murch: Wahrnehmung. Erlangen: FIM 1983
J. J. Gibson: Die Sinne und der Prozeß der Wahrnehmung. Bern: Huber 1973
J. J. Gibson: Wahrnehmung und Umwelt. Weinheim: Beltz 1982
D. M. Green, J. H. Sweets: Signal Detection Theory and Physics. New York: Wiley 1966
R. L. Gregory: Auge und Gehirn. Frankfurt: Fischer 1972
A. Hajos: Einf. in die Wahrnehmungsps. Darmstadt: Wiss. Buchges. 1980
R. Held, A. Hein: Movement-produced Stimulation in Development of Visual Guided Behavior. Journ. Comp. Physiol. Ps. 56, 1963
H. Helson: Adaptation Level Theory. New York: Harper 1964
K. Holzkamp: Sinnl. Erkenntnis. Frankfurt: Athenäum 1973
D. H. Hubel: Auge und Gehirn. Heidelberg: Spektrum 1989
H. Knipper: Das Grundgesetz der Farbenlehre. Köln: DuMont [2]1980
M. Merleau-Ponty: Phänomenologie der Wahrnehmung. Berlin: de Gruyter 1966
W. Metzger: Gesetze des Sehens. Frankfurt: Kramer [3]1975
W. Metzger (Hg.): Allg. Ps. 1. Halbbd. Wahrnehmung und Bewußtsein. Göttingen: Hogrefe 1966
L. J. u M. Milne: Die Sinnenwelt der Tiere und Menschen. Berlin: Parey 1968
C. G. Mueller, M. Rudolph: Licht und Sehen. Reinbek: Rowohlt 1978
H. Mühlendyck, W. Rüssmann: Augenbewegung und visuelle Wahrnehmung. Stuttgart: Enke 1990
G. M. Murch, G. L. Woodworth: Wahrnehmung. Stuttgart: Kohlhammer 1978
I. E. Plattner: Zeitbewußtsein und Lebensgeschichte. Heidelberg: Asanger 1990
I. Rock: Wahrnehmung. Heidelberg: Spektrum der Wiss. 1985
B. Rosemann, M. Kerres: Interpers. Wahrnehmen und Verstehen. Bern: Huber 1986
V. Sarris: Wahrnehmung und Urteil. Göttingen: Hogrefe [2]1975
A. Schick, K. P. Walcher: Bedeutungslehre des Schalls. Bern: Lang 1984
W. Schüle (Hg.): Wahrnehmungsps. Frankfurt: Fachbuchhandlg. f. Ps. 1978
D. Schulte: Feldabhängigkeit in der Wahrnehmungsps. Meisenheim: Hain 1974
O. Selz: Wahrnehmungsaufbau und Denkprozeß. Bern: Huber 1991
H. Spada (Hg.): Lehrbuch Allg. Ps. Bern: Huber 1990
S. Stevens, F. Warshofsky: Schall und Gehör. Reinbek: Rowohlt 1980
E. C. Tolman: Purposive Behavior in Animals and Men. New York: 1932
M. Velden: Die Signalentdeckungstheorie in der Ps. Stuttgart: Kohlhammer 1982
M. D. Vernon: Perception through Experience. London: Methuen 1970
R. Wendorf (Hg.): Im Netz der Zeit. Stuttgart: Hirzel 1989
W. Wittling: Einf. in die Ps. der Wahrnehmung. Hamburg: HoCa 1976

6 sk.: Atminties psichologija

Įvadui: C. Jüttneris.

A. E. Adams: Informationstheorie und Psychopathologie des Gedächtnisses. Berlin: Springer 1971

J. Adams: Human Memory. New York: McGraw-Hill 1967

A. W. Baddeley: Die Ps. des Gedächtnisses. Stuttgart: Klett-Cotta 1979

J. Bredenkamp, W. Wippich: Lern- und Gedächtnisps. Stuttgart: Kohlhammer 1977

H. Ebbinghaus: Über das Gedächtnis. Leipzig: Duncker & Humblot 1885

J. Engelkamp: Das menschl. Gedächtnis. Göttingen: Hogrefe [2]1991

H.-J. Flechtner: Das Gedächtnis. Stuttgart: Hirzel 1979

K. Foppa: Lernen, Gedächtnis, Verhalten. Köln: Kiepenheuer & Witsch [4]1968

C. Jüttner: Gedächtnis, München: Reinhardt 1979

L. F. Katzenberger: Gedächtnis oder Gedächtnisse. München: Ehrenwirth 1967

W. Kintsch: Gedächtnis und Kognition. Berlin: Springer 1982

F. Klix, A. Sydow (Hg.): Zur Ps. des Gedächtnisses. Berlin (Ost): Dt. Verlag der Wiss. 1977

H. J. Markowitsch: Neurops. des Gedächtnisses. Göttingen: Hogrefe 1992

A. Mayrink: Gedächtnissuchprozesse. Weinheim: PVU 1992

C. Monden-Engelhardt: Attributionserinnerungen und Selbstbeurteilungen in der Persönlichkeitsdiagnostik. Frankfurt: Fachbuchh. für Ps. 1986

D. A. Norman (Hg.): Models of Human Memory. New York: Academic Press 1970

K. Pribram, D. E. Broadbent (Hg.): Biology of Memory. New York: Academic Press 1970

H. M. Rahmann: Das Gedächtnis. München: Bergmann 1988

D. Rapaport: Gefühl und Erinnerung. Stuttgart: Klett-Cotta 1977

R. Sinz: Gehirn und Gedächtnis. Berlin (Ost): Verlag Volk und Gesundheit 1978

E. Tulving, W. Donaldson (Hg.): Organization of Memory. N. Y.: Acad. Press 1972

E. Tulving: Element of Episodic Memory. Oxford: Clarenton Press 1985

K. S. Wender u.a.: Modelle menschl. Gedächtnisses. Stuttgart: Kohlhammer 1980

F. Wulf: Gedächtnis und Gestalt. Zs. Ps. Forschg. 1, 1922

F. A. Yates: Gedächtnis und Erinnern. Weinheim: VCH [2]1991

7 sk.: Mokymosi psichologija

Svarbūs ir šios srities istoriniai veikalai (Pavlov, Thorndike, Skinner, Köhler). *Įvadui:* R. Bergiusas.

H. Aebli: Zwölf Grundformen des Lehrens. Stuttgart: Klett-Cotta 1983

S. Alberti: Verhaltenstherapie. Lernps. Bern: Huber 1975

W. F. Angermeier, M. Peters: Bedingte Reaktionen. Berlin: Springer 1973

D. P. Ausubel, J. D. Novak, H. Hanesian: Ps. des Unterrichts. Weinheim: Beltz [2]1980

A. J. Ayres: Lernstörungen. Berlin: Springer 1979

A. Bandura: Lernen am Modell. Stuttgart: Klett-Cotta 1976

A. Bandura: Sozialkognitive Lerntheorie. Stuttgart: Klett-Cotta 1979

R. Bergius: Ps. des Lernens. Stuttgart: Kohlhammer 1971

V. Brandner: Dynamik und Ineinanderwirken von Einstellungen. Zs. f. exp. u. ang. Ps. 7, 1960

C. H. Coombs, R. M. Dawes, A. Tversky: Math. Ps. Weinheim: Beltz 1975

G. Dietrich: Pädagog. Ps. Bad Heilbrunn: Klinkhardt 1984

E. Fürntratt: Motivation schul. Lernens. Weinheim: Beltz 1976

N. L. Gage, D. C. Berliner: Pädagog. Ps. München: Ps. Verlags Union [4]1986

R. M. Gagné: Die Bedingungen menschl. Lernens. Hannover: Schrödel 1969

E. R. Hilgard, G. H. Bower: Theorien des Lernens. Stuttgart: Klett-Cotta [3]1983

E. Höhn: Der schlechte Schüler. München: Piper 1980

St. H. Hulse, H. Egeth, J. Deese: The Psychology of Learning. New York: McGraw-Hill [5]1980

W. Köhler: Intelligenzprüfungen an Anthropoiden. Berlin: Springer 1921

D. Krech, R. S. Crutchfield (Hg.): Grundlagen der Ps. Lern- und Gedächtnisps. Weinheim: PVU 1992

G. R. Lefrancois: Ps. des Lernens. Berlin: Springer 1982

J. Lyons (Hg.): Neue Perspektiven der Linguistik. Reinbek: Rowohlt 1974

W. Metzig, M. Schuster: Lernen zu lernen. Berlin: Springer 1982

G. Mietzel: Pädagog. Ps. Göttingen: Hogrefe 1973

H. Neber (Hg.): Entdeckendes Lernen. Weinheim: Beltz 1973

C. E. Noble: An Analysis of Meaning. Psychol. Rev. 59, 1952
I. P. Pawlow: Sämtl. Werke. Berlin (Ost): Akademie Verlag 1953
B. F. Skinner: Die Funktion der Verstärkung in der Verhaltenswiss. München: Kindler 1974
B. F. Skinner: Futurum zwei. Reinbek: Rowohlt 1972
E. L. Thorndike: Fundamentals of Learning. New York: AMS Press [2]1971
R. M. W. Travers: Grundlagen des Lernens. München: Oldenbourg 1975
B. Weidenmann, A. Krapp (Hg.): Pädagog. Ps. München: Ps. Verlags Union 1986
H. Zeiher (Hg.): Lernen und Verhalten. 2 Bde. Weinheim: Beltz 1984
W. Zielinski: Lernschwierigkeiten. Stuttgart: Kohlhammer 1980

8 sk.: Aktyvacijos tyrimai

Ši sritis tematiškai jungia kai kurias seniau laikytas atskiromis psichologijos sritis. Todėl čia pristatomos tiek veiklos, tiek dėmesio, jaudinimo bei konfliktų teorijos. Įvadui: D. E. Berlyne.

L.-M. Alisch, L. Rössner: Grundlagen einer generellen Verhaltenstheorie. München: Reinhardt 1977
J. W. Atkinson, D. Birch: The Dynamics of Action. New York: Wiley 1970
Attention and Performance. 11 Bde. Hilsdale: Erlbaum 1971–84
D. E. Berlyne: Konflikt, Erregung, Neugier. Stuttgart: Klett 1970
D. N. Bruckner, J. J. McGrath (Hg.): Vigilance. A Symposium. New York: McGraw-Hill 1963
C. S. Carver, M. F. Scheier: Attention and Self-regulation. New York: Springer 1981
E. Duffy: Activation and Behavior. New York: Wiley 1962
K. H. Erdmann (Hg.): Perspektiven menschl. Handelns. Berlin: Springer 1992
J. Fahrenberg, F. Foerster, H. J. Schneider, W. Müller, M. Myrtek: Aktivierungsforschung im Labor-Feldvergleich. München: Minerva 1984
H. Feger: Konflikterleben und Konfliktverhalten. Bern: Huber 1978
P. A. Fiedler, G. Hörmann (Hg.): Aktionsforschung in Ps. und Pädagogik. Darmstadt: Steinkopff 1978
N. Groeben: Handeln, Tun, Verhalten. Tübingen: Francke 1986
O. W. Haseloff (Hg.): Struktur und Dynamik des menschl. Verhaltens. Stuttgart: Kohlhammer 1971
H. Heckhausen: Motivation und Handeln. Berlin: Springer 1980
K. Horn (Hg.): Aktionsforschung. Frankfurt: Syndikat 1979
G. Kaminski: Verhaltenstheorie und Verhaltensmodifikation. Stuttgart: Klett 1970
F. Klix: Information und Verhalten. Bern: Huber [3]1976
J. Kuhl: Motivation, Konflikt und Handlungskontrolle. Berlin: Springer 1983
U. Laucken: Naive Verhaltenstheorie. Stuttgart: Klett 1974
T. Leithäuser: Formen des Alltagsbewußtseins. Frankfurt: Fachbuchhandlung für Ps. 1976
H. Lenk (Hg.): Handlungstheorien – interdisziplinär. München: Fink 1984
A. N. Leontjew: Tätigkeit, Bewußtsein, Persönlichkeit. Berlin (Ost): Volk und Wissen 1979
E. H. Lück: Prosoziales Verhalten. Köln: Kiepenheuer & Witsch 1975
G. A. Miller, E. Galanter, K. H. Pribram: Strategien des Handelns. Stuttgart: Klett 1973
H. Moser: Praxis der Aktionsforschung. München: Kösel 1977
R. Oesterreich: Handlungsregulation und Kontrolle. München: Urban & Schwarzenberg 1981
K. Pawlik: Dimensionen des Verhaltens. Bern: Huber [3]1976
W. Schönpflug (Hg.): Methoden der Aktivierungsforschung. Bern: Huber 1969
A. Schütz: Theorie der Lebensformen. Frankfurt: Suhrkamp 1971
M. E. P. Seligman: Gelernte Hilflosigkeit. München: Urban & Schwarzenberg 1980
N. Senner: Streßbezogene Tätigkeitsanalyse. Weinheim: Beltz 1984
T. Tomaszewski: Tätigkeit und Bewußtsein. Weinheim: Beltz 1978
W. Volpert: Handlungsstrukturanalyse. Köln: Pahl-Rugenstein 1974
W. Volpert (Hg.): Beiträge zur Handlungstheorie. Bern: Huber 1980
B. Weiner: Die Wirkung von Erfolg und Mißerfolg auf die Leistung. Bern: Huber 1975
H. Werbik: Handlungstheorien. Stuttgart: Kohlhammer 1978

9 sk.: Kognityvinė psichologija

Mąstymo psichologijai išsiplėtojus į kognityvinę, jos tematika gerokai prasiplėtė. Todėl įvairios kognityvinės psichologijos temos yra persipynusios su daugeliu kitų, pvz., su sprendimų teorijomis. Taigi kognityvinę psichologiją aprėpti sunkiau nei senąją mąstymo psichologiją. Įvadui: M. J. Posneris.

H. Aebli: Denken als Ordnen des Tuns. 2 Bde. Stuttgart: Klett-Cotta 1980/82
R. Arbinger: Entwicklung und Veränderung kognitiver Strukturen. Ffm.: Lang 1980
F. Attneave: Informationstheorie in der Ps. Bern: Huber [2]1969
J. Beckmann: Kognitive Dissonanz. Berlin: Springer 1984
D. Betz: Psychophysiologie kognitiver Prozesse. München: Reinhardt 1974
N. Chomsky: Aspekte der Syntaxtheorie. Frankfurt: Suhrkamp 1969
D. Dörner, H. W. Kreuzig, F. Reither, T. Ständel (Hg.): Lohhausen: Vom Umgang mit Unbestimmtheit und Komplexität. Bern: Huber 1983
R. Downs, D. Stea: Kognitive Karten: New York: Harper & Row 1982
K. Duncker: Zur Ps. produktiven Denkens. Berlin: Springer 1935
J. H. Flavell: Kognitive Entwicklung. Stuttgart: Klett-Cotta 1979
K. Fiedler: Urteilsbildung als kognitiver Vorgang. München: Minerva 1980
C. E. Gregory: Die Organisation des Denkens. Freiburg: Herder 1974
W. Hacker, W. Volpert, M. v. Cranach (Hg.): Kognitive und motivationale Aspekte der Handlung. Bern: Huber 1982
W. Hussy: Denkps. Stuttgart: Kohlhammer 1984
A. O. Jäger: Dimensionen der Intelligenz. Göttingen: Hogrefe [2]1970
J. L. Janis, L. Mann: Decision Making. New York: Free Press 1977
L. F. Jarvik, C. Eisdorfer, J. E. Blum (Hg.): Intellectual Functioning in Adults. New York: Springer 1973
R. C. Jeffrey: Logik der Entscheidungen. München: Oldenbourg 1967
M. A. Just, P. A. Carpenter (Hg.): Cognitive Processes in Comprehension. Hillsdale: Erlbaum 1977
R. Kluwe, H. Spada (Hg.): Studien zur Denkentwicklung. Bern: Huber 1980
W. Lee: Entscheidungstheorie. Weinheim: Beltz 1977
H. Leisegang: Denkformen. Berlin: de Gruyter [2]1951
R. D. Luce, H. Raiffa: Games and Decision. New York: Wiley 1957
H. D. Lüke: Signalübertragung. Berlin: Springer 1990
H. Mandl, G. L. Huber (Hg.): Kognitive Komplexität. Göttingen: Hogrefe 1978
R. E. Mayer: Denken und Problemlösen. Berlin: Springer 1979
R. Meili: Struktur der Intelligenz. Bern: Huber 1981
L. Montada, K. Reusser, G. Steiner (Hg.): Kognition und Handeln. Stuttgart: Klett-Cotta 1983
G. Mühle, C. Schell (Hg.): Kreativität und Schule. München: Piper 1970
U. Neisser: Kognitive Ps. Stuttgart: Klett 1974
A. Newell, H. A. Simon: Human Problem Solving. Englewood Cliffs: Prentice-Hall 1972
D. Norman, D. E. Rumelhart: Explorations in Cognition. San Francisco: Freeman 1975
R. Oerter: Psychologie des Denkens. Donauwörth: Auer [4]1974
J. Piaget: Die Äquilibration der kognitiven Strukturen. Stuttgart: Klett-Cotta 1976
M. J. Posner: Kognitive Ps. München: Juventa 1976
J. Rattner: Ps. des Vorurteils. Zürich: Classen 1971
G. Strube (Hg.): Wb. d. Kognitionswiss. Stuttgart: Klett-Cotta 1996
G. Ulmann (Hg.): Kreativitätsforschung. Köln: Kiepenheuer & Witsch 1973
F. E. Weinert, R. H. Kluwe (Hg.): Metakognition. Stuttgart: Kohlhammer 1984
M. Wertheimer: Produktives Denken. Frankfurt: Kramer 1957
M. G. Wessells: Kognitive Ps. München: Reinhardt [2]1990
H. Wimmer, J. Perner: Kognitionsps. Stuttgart: Kohlhammer 1979

10 sk.: Bendravimo psichologija

Bendravimas ir sąveika yra pagrindinės psichologijos, kaip socialinio mokslo, temos. Dėl to pastaraisiais dešimtmečiais jos buvo intensyviai nagrinėjamos. Čia apsiribojame teorine literatūra. Įvadui: Watzlawickas, Beavinas, Jacksonas.

M. Argyle: Soziale Interaktion. Köln: Kiepenheuer & Witsch 1972
M. Argyle, P. Trower: Signale von Mensch zu Mensch. Weinheim: Beltz 1981
J. L. Austin: Zur Theorie der Sprechakte. Stuttgart: Reclam 1972
R. F. Bales: Die Interaktionsanalyse. In: R. König (Hg.): Hb. der empir. Sozialforschung. Stuttgart: Enke [3]1973
J. W. Brehm: Theory of Psychological Reactance. New York: Academic Press 1966
D. Byrne: The Attraction Paradigma. New York: Academic Press 1971

C. Cherry: Kommunikationsforschung. Frankfurt: Fischer 1967
H. Crott: Soziale Interaktion und Gruppenprozesse. Stuttgart: Kohlhammer 1979
N. Dittmar: Soziolinguistik. Königstein: Athenäum [4]1980
E. Goffman: Encounters. Indiana: Bobs-Merill 1961
H. Grimm, J. Engelkamp: Sprachps. Berlin: Schmidt 1981
Th. Herrmann: Allg. Sprachps. München: Urban & Schwarzenberg 1985
G. C. Homans: Elementarformen sozialen Handelns. Köln: Westdt. Verlag 1968
H. Hörmann: Einf. in die Psycholinguistik. Darmstadt: Wiss. Buchges. 1981
E. D. Lantermann: Interaktionen. München: Urban & Schwarzenberg 1980
K. Lewin: Grundzüge einer topolog. Ps. Bern: Huber 1969
J. Luft, H. Ingham: Human Relations Training News. Washington: Nat. Education Ass. 1961
G. H. Mead: Geist. Identität und Gesellschaft. Frankfurt: Suhrkamp 1968
G. Maletzke: Ps. der Massenkommunikation. Hamburg: Hans Bredow Institut 1963
S. Maser: Grundlagen der allg. Kommunikationstheorie. Stuttgart: Kohlhammer 1971
G. Meggle: Grundbegriffe der Kommunikation. Berlin: de Gruyter 1981
H. Merkens, H. Seiler: Interaktionsanalyse. Stuttgart: Kohlhammer 1978
G. Mikula (Hg.): Gerechtigkeit und soziale Interaktion. Bern: Huber 1980
S. Milgram: Das Milgram-Experiment. Reinbek: Rowohlt 1974
U. Piontkowski: Ps. der Interaktion. München: Juventa 1976
K. R. Scherer, G. H. Walbott (Hg.): Nonverbale Kommunikation. Weinheim: Beltz 1979
W. Schramm (Hg.): Grundfragen der Kommunikationsforschung. München: Juventa 1964
H. M. Schroder, M. J. Driver, S. Streufert: Human Information Processing. New York: Holt, Rinehart & Winston 1967
H. Schultze (Hg.): Kommunikation. Frankfurt: Umschau 1973
N. Semmer, M. Pfäfflin: Interaktionstraining. Weinheim: Beltz 1978
J. W. Thibaut, H. H. Kelley: The Social Psychology of Groups. New York: Wiley 1959
D. Vieweger (Hg.): Grundfragen einer Theorie der sprachl. Tätigkeit. Berlin (Ost): Akademie Verlag 1984
M. Waller: Soziales Lernen und Interaktionskompetenz. Stuttgart: Klett-Cotta 1978
P. Watzlawick, J. H. Beavin, D. D. Jackson:. Menschl. Kommunikation. Bern: Huber 1980
P. Watzlawick, J. H. Weakland (Hg.): Interaktion. Bern: Huber 1980
St. G. West, J. H. Wicklund. Einf. in sozialps. Denken. Weinheim: Beltz 1984

11 sk.: Emocijų psichologija

Pastaraisiais metais emocijos tapo reikšminga moksline tema. Tai matyti ir iš gausios literatūros. Įvadui: Eurelis, Mandlis.

M. B. Arnold: Emotion and Personality. New York: Columbia Press 1980
P. Becker: Studien zur Ps. der Angst. Weinheim: Beltz 1980
D. Bindra: Organization in emotional and motivated Behavior. Canad. Journ. Ps. 9, 1955
R. Bösel: Biops. der Emotionen. Berlin: de Gruyter 1986
E. H. Bottenberg: Emotionsps. München: Goldmann 1972
J. Bowlby: Das Glück und die Trauer. Stuttgart: Klett-Cotta 1982
C. Burt: The Factorial Study of Emotions. In: Reymert (s. u.)
D. K. Candland, J. P. Fell, E. Keen, A. I. Leshner, R. M. Tarpy, R. Plutchik: Emotion. Monterey: Brooks & Cole 1972
M. Clynes: Sentics: The Touch of Emotion. New York: Anchor Press 1977
L. Eckensberger, E. D. Lantermann (Hg.): Emotion und Reflexivität. München: PVU 1985
G. Erdmann: Zur Beeinflußbarkeit emotionaler Prozesse durch vegetative Variationen. Weinheim: Beltz 1983
H. A. Euler, H. Mandl (Hg.): Emotionsps. München: Urban & Schwarzenberg 1983
H. M. Gardiner, R. C. Metcalf, J. G. Beebe-Center: Feeling and Emotion. Westport: Greenwood Press 1970
D. Goleman: Emotionale Intelligenz. München: Hanser 1996
J. A. Gray: The Neuropsychology of Anxiety. Oxford: Clarendon 1982
A. Heller: Theorie der Gefühle. Hamburg: VSA-Verlag 1981
R. Hilke, W. Kempf (Hg.): Aggression. Bern: Huber 1982
J. A. R. A. M. van Hooff: A Comparative Approach to the Phylogeny of Laughter and Smiling. In: R. A. Hinde (Hg.): Non-verbal Communication. Cambridge: Univ. Press 1972

G. E. Izard: Die Emotionen des Menschen. Weinheim: Beltz 1981
W. James: Principles of Psychology. New York: Holt. Rinehart & Winston 1890
G. Kahle (Hg.): Logik des Herzens. Frankfurt: Suhrkamp 1981
T. D. Kemper: A Social Interactional Theory of Emotions. New York: Wiley 1978
F. Krueger: Das Wesen der Gefühle. Leipzig: Akadem. Verlagsges. 1928
L. Levi (Hg.): Emotions. New York: Raven Press 1975
B. D. Lewin: Das Hochgefühl. Frankfurt: Suhrkamp 1982
M. Lewis. L. A. Rosenblum (Hg.): The Development of Affect. New York: Plenum Press 1978
H. Mandl. G. L. Huber (Hg.): Emotion und Kognition. München: Urban & Schwarzenberg 1983
G. Mandler: Denken und Fühlen. Paderborn: Junfermann 1979
K. Obuchowski: Orientierung und Emotion. Köln: Pahl-Rugenstein 1982
R. Plutchik: The Emotions. New York: Random House 1962
R. Plutchik. H. Kellerman (Hg.). Emotions: Theory. Research. and Experience. New York: Academic Press 1983
M. L. Reymert (Hg.): Feelings and Emotions. Worcester: Clark Univ. Press 1928
W. Rost: Emotionen. Berlin: Springer 1990
K. R. Scherer (Hg.): Facets of Emotion. Hilsdale: Erlbaum 1988
H. Schlosberg: Three Dimensions of Emotion. Ps. Rev. 61. 1954
L. Schmidt-Atzert: Emotionsps. Stuttgart: Kohlhammer 1981
R. Schwarzer: Streß. Angst und Hilflosigkeit. Stuttgart: Kohlhammer 1981
E. R. Siqueland. L. P. Lipsitt: Conditioned Headturning in Human Newborns. Journ. Exp. Child Ps. 3. 1966
C. Spielberger: Streß und Angst. Weinheim: Beltz 1980
G. Stemmler: Psychophysiolog. Emotionsmuster. Frankfurt: Lang 1984
H. Thomae (Hg.): Motivation und Emotion. Göttingen: Hogrefe 1983
D. Ulich: Das Gefühl. München: Urban & Schwarzenberg ²1989
L. Wigotski: Ausgew. Schriften 2. Bd. Berlin: Volk u. Wissen 1985
W. Wundt: Grundzüge der physiolog. Ps. 2 Bde. Leipzig: Engelmann ⁶1910

12 sk.: Asmenybės psichologija

Literatūra daugiausia susijusi su šiauresnėmis sritimis: diferencinės teorijos, asmenybės tyrimai, lyginamoji analizė, asmenybės konstruktai, asmens vertinimas, kūno raiška. Įvadui: Herrmannas, Lantermannas, Schneewindas.

G. W. Allport: Persönlichkeit. Meisenheim: Hain ²1959
G. W. Allport: Werden der Persönlichkeit. Frankfurt: Fischer 1983
M. Amelang. H.-J. Ahrens (Hg.): Brennpunkte der Persönlichkeitsforschung. 1. Bd. Göttingen: Hogrefe 1984
M. Amelang. D. Bartussek: Differentielle Ps. und Persönlichkeitsforschung. Stuttgart: Kohlhammer ²1985
A. Angleitner: Einf. in die Persönlichkeitsps. 2 Bde. Bern: Huber 1980
R. Becker-Schmidt: Frauenforschung. In: R. Asanger. G. Wenninger (Hg.): Handwb. Ps. Weinheim: PVU ⁴1992
R. C. Bolles: Theory of Motivation. New York: Harper & Row 1975
J. D. Brown u. a.: Nebraska Symposium on Motivation. Lincoln: Univ. of Nebraska Press 1952–68
R. B. Cattell: Personality and Learning. 2 Bde. New York: Springer 1979/80
C. N. Cofer. M. H. Appley: Motivation. Theory and Research. New York: Wiley 1964
M. v. Cranach. U. Kalbermatten. K. Indermühlen. B. Engler: Zielgerichtetes Handeln. Bern: Huber 1980
W. F. Debler: Attributionsforschung. Salzburg: AVM 1984
E. L. Deci: Intrinsic Motivation. New York: Plenum Press 1975
A. Degenhardt. H. M. Trautner (Hg.): Geschlechtstyp. Verhalten. München: Beck 1979
J. M. Deusinger: Interpersonale Beurteilung. Göttingen: Hogrefe 1980
P. Eckmann: Gesichtsausdruck und Gefühl. Paderborn: Junfermann 1988
N. S. Endler. D. Magnusson (Hg.): Interactional Psychology and Personality. Washington: Hemisphere 1975
J. Fast: Körpersprache. Reinbek: Rowohlt 1983
H.-J. Fisseni: Persönlichkeitsbeurteilung. Göttingen: Hogrefe 1982
W. Gutjahr: Die Messung psych. Eigenschaften. Köln: Kiepenheuer & Witsch 1977
H. Heckhausen: Motivation und Handeln. Berlin: Springer 1980
Th. Herrmann: Lehrb. der empir. Persönlichkeitsforschung. Göttingen: Hogrefe ²1972

Th. Herrmann, E.-D. Lantermann (Hg.): Persönlichkeitsps. München: Urban & Schwarzenberg 1985
H.-W. Hoefert: Person und Situation. Göttingen: Hogrefe 1982
P. R. Hofstätter: Persönlichkeitsforschung. Stuttgart: Kröner [2]1977
A. R. Kaplan (Hg.): Human Behavior Genetics. Springfield: Thomas 1976
J. A. Keller: Grundlagen der Motivation. München: Urban & Schwarzenberg 1981
G. A. Kelly: A Theory of Personality. New York: Norton 1963
R. Kirchhoff: Allg. Ausdruckslehre. Göttingen: Hogrefe 1957
G. Krampen: Differentialps. der Kontrollüberzeugungen. Göttingen: Hogrefe 1982
Ph. Lersch: Aufbau der Person. München: Barth [8]1962
A. H. Maslow: Motivation and Personality. New York: Harper & Row [2]1970
F. Merz: Geschlechtsunterschiede und ihre Entwicklung. Göttingen: Hogrefe 1979
W. Mischel: Introduction to Personality. New York: CBS [4]1986
K. Pawlik (Hg.): Multivariate Persönlichkeitsforschung. Bern: Huber 1982
L. A. Pervin: Persönlichkeitstheorien. München: Reinhardt 1987
F. Petermann: Ps. des Vertrauens. Salzburg: Müller 1985
M. Rokeach: The Nature of Human Values. New York: Free Press 1973
E. Roth: Persönlichkeitsps. Stuttgart: Kohlhammer [2]1970
J. B. Rotter, D. J. Hochreich: Persönlichkeit. Berlin: Springer 1979
M. Sader (Hg.): Ps. der Persönlichkeit. Weinheim: Juventa 1996
L. R. Schmidt: Objektive Persönlichkeitsmessung. Weinheim: Beltz 1975
K. A. Schneewind: Persönlichkeitstheorien. Darmstadt: Primus 1992
K. Schneider, H.-D. Schmalt: Motivation. Stuttgart: Kohlhammer 1981
E. J. Sullerot: Die Wirklichkeit der Frau. München: Steinhausen 1979
H. Thomae: Persönlichkeit. Bonn: Bouvier 1951
H. Thomae (Hg.): Theorien und Formen der Motivation. Göttingen: Hogrefe 1983
E. Todt: Motivation. Heidelberg: Quelle & Meyer 1977
W. Toman: Motivation, Persönlichkeit, Umwelt. Göttingen: Hogrefe 1968
D. Ulich: Konflikte und Persönlichkeit. München: Oldenbourg 1971
M. Vorwerg (Hg.): Zur psycholog. Persönlichkeitsforschung. Berlin (Ost): Dt. Verlag der Wiss. 1980
B. Weiner: Motivationsps. Weinheim: PVU [2]1988

13 sk.: Raidos psichologija

Įvadui: Krechas, Crutchfieldas.
H. Aebli: Über die geistige Entwicklung des Kindes. Stuttgart: Klett [3]1971
L. R. Allman, D. T. Jaffe (Hg.): Readings in Adult Psychology. New York: Harper & Row 1977
H. Allmer: Entwicklung aus handlungstheoret. Sicht. Göttingen: Hogrefe 1987
H. Andriessen: Psychologie des Erwachsenenalters. Köln: Bachem 1972
D. P. Ausubel, E. V. Sullivan: Das Kindesalter. München: Juventa 1974
A. J. Ayres: Bausteine der kindlichen Entwicklung. Berlin: Springer 1979
P. E. Baltes (Hg.): Entwicklungsps. der Lebensspanne. Stuttgart: Klett-Cotta 1979
J. E. Birren: Altern als Prozeß. Freiburg: Lambertus 1974
A. Bisset: Les idees modernes sur les enfants. Paris: Flammarion 1909
P. Blos: Adoleszenz. Stgt.: Klett-Cotta 1978
J. Brock: Biolog. Daten für den Kinderarzt. Berlin: Springer 1954
J. S. Brunner, R. Oliver, P. M. Greenfield: Studien zur kognitiven Entwicklung. Stuttgart: Klett 1971
Ch. Bühler: Der menschl. Lebenslauf. Göttingen: Hogrefe [2]1959
D. Caplan (Hg.): Biological Studies of Mental Processes. Cambridge (Mass): MIT 1980
W. Correll, H. Schwarze: Lernstörungen programmiert. Donauwörth: Auer [2]1970
E. Crisand, K. Kiepe: Ps. der Jugendzeit. Heidelberg: I. H. Sauer 1989
L. H. Eckensberger, R. Silbereisen (Hg.): Entwicklung sozialer Kognitionen. Stuttgart: Klett-Cotta 1980
P. Elkind: Egocentrism in Adolescence. Child Developm. 38, 1967
E. H. Erikson: Identität und Lebenszyklus. Frankfurt: Suhrkamp 1966
O. Ewert: Entwicklungsps. des Jugendalters. Stuttgart: Kohlhammer 1983
T. Faltermaier u. a.: Entwicklungsps. des Erwachsenenalters. Stuttgart: Kohlhammer 1991

E. Fend: Vom Kind zum Jugendlichen. Bern: Huber 1990
S.-H. Filipp (Hg.): Krit. Lebensereignisse. München: Urban & Schwarzenberg 1981
A. Flammer: Entwicklungstheorien. Bern: Huber 1988
D. Görlitz (Hg.): Kindl. Erklärungsmuster. Weinheim: Beltz 1983
H. Grimm: Ps. der Sprachentwicklung. Stuttgart: Kohlhammer 1977
S. Grosse: Bettnässen. München: PVU 1986
J. Haley: Ablöseprobleme. Jugendlicher. München: Pfeiffer 1981
B. Hassenstein: Verhaltensbiologie des Kindes. München: Piper 1974
H. Hetzer u. a.: Angewandte Entwicklungsps. des Kindes- und Jugendalters. Heidelberg: Quelle & Meyer 1989
E. Höhn: Gesch. der Entwicklungsps. und ihrer wesentlichsten Ansätze. In: H. Thomae (Hg.): Hb. der Ps. 3. Bd. Göttingen: Hogrefe 1959
E. B. Hurlock: Die Entwicklung des Kindes. Weinheim: Beltz 1970
K. Hurrelmann (Hg.): Sozialisation und Lebenslauf. Reinbek: Rowohlt 1976
H. Keller, H.-J. Meyer: Ps. der frühesten Kindheit. Stuttgart: Kohlhammer 1982
D. Kleiber, D. Felsinger: Altern. Heidelberg: Asanger 1989
R. H. Kluwe, H. Spada (Hg.): Studien zur Denkentwicklung. Bern: Huber 1981
L. Kohlberg: Zur kognitiven Entwicklung des Kindes. Frankfurt: Suhrkamp 1974
O. Kroh: Entwicklungsps. des Grundschulkindes. 2 Bde. Weinheim: Beltz 1958/64
A. Kruse, H. Thomae: Menschl. Entwicklung im histor. Wandel. Heidelberg: Asanger 1990
G. Kurth, I. Eibl-Eibesfeldt (Hg.): Hominisation u. Verhalten. Stgt.: G. Fischer 1975
U. Lehr (Hg.): Altern – Tatsachen und Perspektiven. Bonn: Bouvier 1983
A. N. Leontjew: Probleme der Entwicklung des Psych. Berlin: Volk und Wissen 1967
R. M. Lerner: Concepts and Theories of Human Development. Reading: Addison-Wesley 1976
F. Merz: Geschlechtsunterschiede und ihre Entwicklung. Göttingen: Hogrefe 1979
F. J. Mönks, A. M. P. Knoers: Entwicklungsps. Stuttgart: Kohlhammer 1976
L. Montada: Über die Funktion der Mobilität in der geistigen Entwicklung. Stuttgart: Klett 1968
G. Mühle: Entwicklungsps. des zeichner. Gestaltens. Berlin: Springer [4]1975
R. Oerter (Hg.): Entwicklung als lebenslanger Prozeß. Hbg.: Hoffm. & Campe 1978
R. Oerter, L. Montada (Hg.): Entwicklungsps. Weinheim: PVU [2]1987
W. D. Oswald, U. Fleischmann: Gerontops. Stuttgart: Kohlhammer 1983
J. Piaget: Ges. Werke. 10 Bde. Stuttgart: Klett 1957ff.
W. Preyer: Die Seele des Kindes. Leipzig: Grieben 1881
I. Prigogine: Time, Structure and Fluctuation. Science 201, 1978
H. u H. Reimann: Das Alter. München: Goldmann 1974
H. Remplein: Die seel. Entwicklung des Menschen im Kindes- und Jugendalter. München: Reinhardt [10]1962
B. Rennen-Allhoff, P. Allhoff: Entwicklungstests für das Säuglings-, Kleinkind- und Vorschulalter. Berlin: Springer 1987
R. Ridgway: The Unborn Child. Aldershot: Gover 1987
L. Schenk-Danzinger: Entwicklungsps. Wien: Öst. Bundes-Verl. 1988
H. D. Schmalt: Motivationsps. Stuttgart: Kohlhammer 1986
W. J. Schraml: Einf. in die moderne Entwicklungsps. München: dtv 1990
M. Selvini-Palazzoli: Magersucht. Stuttgart: Klett-Cotta 1982
M. Shepherd, B. Oppenheim, S. Mitchell: Auffälliges Verhalten bei Kindern. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht 1973
E. Spranger: Ps. des Jugendalters. Heidelberg: Quelle & Meyer [26]1960
H. Stäcker, U. Bartmann, R. Kriebel: Entwicklungsps. Frankfurt: Fachbuchh. für Ps. 1984
G. Steiner (Hg.): Entwicklungspsychologie. 2 Bde. Weinheim: Beltz 1984
R. Sticksrud: Adoleszens im Generationenkontext. Frankfurt: Manuskript 1987
F. Stirnimann: Ps. des neugeborenen Kindes. Bern: Huber 1973
K. H. Stratz: Der Körper des Kindes. Stuttgart: Enke 1903
R. u A. M. Tausch: Erziehungsps. Göttingen: Hogrefe [6]1971
H. Thomae (Hg.): Entwicklungsps. Göttingen: Hogrefe [2]1972
H. Thomae (Hg.): Patterns of Aging. Basel: Karger 1976
H. M. Trautmann: Lehrb. der Entwicklungsps. Göttingen: Hogrefe 1978

I. v. Viebahn: Seel. Entwicklung und ihre Störungen. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht 1972
C. H. Waddington: Concepts of Development. In: L. R. Aronson, u. a. (Hg.): The Biopsychology of Development. New York: Academic Press 1971
H. Werner: Comparative Psychology of Mental Development. New York: Inter. Universities Press [4]1948
R. Werner: Das verhaltensgestörte Kind. Berlin (Ost): Dt. Verlag d. Wiss. 1973
S. K. Whitbourne, C. S. Weinstock: Die mittlere Lebensspanne. Weinheim: PVU 1982
W. Zeller: Konstitution und Entwicklung. Göttingen: Hogrefe 1952

14 sk.: Socialinė psichologija

Socialinės psichologijos vadovėlių yra labai daug. Jie rodo, kaip skirtingai gali būti suprantama socialinė psichologija. Senesni, pvz., Becko, Hartley'io, Newcombo *veikalai neatsilieka nuo naujesniųjų. Įvadui:* Frey, Greifas.

K. Antons: Praxis der Gruppendynamik. Göttingen: Hogrefe [3]1976
S. E. Asch: Social Psychology. Englewood Cliffs: Prentice-Hall 1952
W. Beck: Grundzüge der Sozialps. München: Barth 1953
B. J. Bem: Self-perception Theory. In: L. Berkowitz (Hg.): Advances in Experimental Social Psychology. Vol. 6. New York: Academic Press 1972
R. Bergius: Sozialps. Hamburg: HoCa 1976
L. Berkowitz: Grundriß der Sozialps. München: Reinhardt 1976
H. W. Bierhoff: Sozialps. Stuttgart: Kohlhammer 1984
P. M. Blau: Exchange and Power in Social Life. New York: Wiley [2]1967
J. Bowlby: Bindung. München: Kindler 1975
L. P. Bradford, J. A. Gibb, L. D. Benne: T-Group Theory and Laboratory Method. New York: Wiley 1964
D. Byrne, W. Griffith: Interpersonal Attraction. Annual Rev. Ps. 24, 1973
D. Cartwright, A. F. Zander (Hg.): Group Dynamics. New York: Harper [3]1972
H. Crott: Soziale Interaktion und Gruppenprozesse. Stuttgart: Kohlhammer 1979
A. M. Däumling (Hg.): Angewandte Gruppendynamik. Stuttgart: Klett 1974
H. Fischer: Gruppenstruktur und Gruppenleistung. Bern: Huber 1962
D. Frey (Hg.): Kognitive Theorien der Sozialps. Bern: Huber 1978
D. Frey, S. Greif (Hg.): Sozialps. Weinheim: PVU [2]1987
W. Gottschalch: Sozialisation. Weinheim: Beltz 1985
C. F. Graumann (Hg.): Sozialps. Hb. der Ps. Bd. 7. 2 Bde. Göttingen: Hogrefe 1970
J. Haisch (Hg.): Angewandte Sozialps. Bern: Huber 1983
E. L. u R. E. Hartley: Grundlagen der Sozialps. Berlin: Rembrandt 1956
A. Heigl-Evers (Hg.): Sozialps. 2 Bde. Weinheim: Beltz 1984
W. Herkner: Einf. in die Sozialps. Bern: Huber 1975
P. R. Hofstätter: Einf. in die Sozialps. Stuttgart: Kröner [3]1963
P. R. Hofstätter: Gruppendynamik. Reinbek: Rowohlt [2]1971
G. C. Homans: Theorie der sozialen Gruppe. Köln: Westdt. Verlag [2]1965
S. S. Hormuth (Hg.): Sozialps. der Einstellungsänderung. Königstein: Hain 1979
K. Hurrelmann, D. Ulich (Hg.): Hb. der Sozialisationsforschung. Weinheim: Beltz 1980
M. Irle (Hg.): Kursus der Sozialps. 3 Teile. Neuwied: Luchterhand 1978
K. Lewin: Grundzüge der topolog. Ps. Bern: Huber 1969
L. Mann: Sozialps. Weinheim: PVU 1991
J. L. Moreno: Das Stegreiftheater. Potsdam: Kiepenheuer 1924
T. M. Newcomb: Sozialps. Meisenheim: Hain 1959
K. D. Opp: Die Entstehung sozialer Normen. Tübingen: Mohr 1983
A. K. Rice: Führung und Gruppe. Stuttgart: Klett 1971
P. Sbandi: Gruppenps. München: Pfeiffer 1973
H. M. Schönfeld: Die Führungsausbildung. Wiesbaden: Gabler 1967
J. Schultz-Gambard: Angewandte Sozialps. München: Ps. Verlags Union 1987
P. F. Secord, C. W. Backman: Sozialps. Frankfurt: Fachbuchh. für Ps. 1976
W. Stroebe u. a. (Hg.): Sozialps. Berlin: Springer 1990
E. Witte: Sozialps. Weinheim: PVU 1989

15 sk.: Masių psichologija

Masių psichologijos literatūra nėra labai gausi. Taip yra dėl to, kad metodiškai tirti mases yra sudėtinga. Įvadui: Kroneris.

A. Adler: Zur Massenps. Int. Zs. Individualps. 12, 1934
Th. Adorno: The Authoritarian Personality. New York: Wiley [2]1964

G. LeBon: Ps. der Massen. Stuttgart: Kröner 1953
Ch. Blondel: Einf. in die Kollektivps. Bern: Francke ²1948
A. Capitini: Die Technik des gewaltlosen Widerstands. Wuppertal 1969
R. Christie, F. L. Geis: Study in Machiavellism. New York: Harper & Row 1970
E. Feldmann: Theorie der Massenmedien. München: Reinhardt 1962
R. Fischer: Masse und Vermassung. Zürich: Polygraph. Verlag 1961
S. Freud: Massenps. und Ich-Analyse. Studien-Ausgabe: Bd. IX. Frankfurt: Fischer 1969–72
M. Kaase, W. Schulz (Hg.): Massenkommunikation. Opladen: Westdt. Verlag 1989
B. Kroner: Massenps. und kollektives Verhalten. Hb. zur Ps. Bd. 7. S. 1433 ff. Göttingen: Hogrefe 1972
G. Maletzke: Ps. der Massenkommunikation. Hamburg: Hans Bredow Inst. 1963
W. McDougall: The Groups Mind. Cambridge: Univ. Press 1920
D. C. McClelland: Macht als Motiv. Stuttgart: Klett 1978
S. Milgram: Das Milgram-Experiment. Reinbek: Rowohlt 1974
A. Mitscherlich: Massenps. ohne Ressentiment. Frankfurt: Suhrkamp 1972
W. Moede: Experimentelle Massenps. Leipzig: Hirzel 1920
S. Moscovici: Sozialer Wandel durch Minoritäten. München: Urban & Schwarzenberg 1979
E. Noelle-Neumann: Umfragen in der Massengesellschaft. Reinbek: Rowohlt 1963
W. Reich: Massenps. des Faschismus. Frankfurt: Fischer 1974
M. Schenk: Publikums- und Wirkungsforschung. Tübingen: Mohr 1978
S. Sighele: Ps. des Auflaufs und der Massenverbrechen. Dresden: Reissner 1897
B. Spiegel: Die Struktur der Meinungsverteilung im sozialen Feld. Bern: Huber 1961
Y. Tarde: L'Opinion et la Foule. Paris: Alcan 1901

16 sk.: Aplinkos psichologija

Iš dalies tai nauja sritis; nepaisant to, reikėtų vadovautis istoriniais Helpacho „Geopsichikos" *pagrindais, kurie dar nėra pasenę. Įvadui:* Ittelsonas ir kt.

G. R. Barker: Ecological Psychology. Stanford: Univ. Press 1968
Th. Bargatsky: Einf. in die Kulturökologie. Berlin: Reimer 1986
G. Bateson: Ökologie des Geistes. Frankfurt: Suhrkamp ³1983
P. A. Bell, J. D. Fischer, R. J. Loomis: Environmental Psychology. Philadelphia: Saunders 1978
U. Bronfenbrenner: Ökolog. Sozialisationsforschung. Stuttgart: Klett 1976
U. Bronfenbrenner: Die Ökologie der menschl. Entwicklung. Stuttgart: Klett-Cotta 1981
B. Campbell: Ökologie des Menschen. München: Harnack 1985
H.-J. Fietkau: Bedingungen ökolog. Handelns. München: Urban & Schwarzenberg 1984
D. C. Glass/J. E. Singer: Urban Stress. New York: Academic Press 1972
C. F. Graumann (Hg.): Ökolog. Perspektiven der Ps. Bern: Huber 1978
R. Günther, G. Winter (Hg.): Umweltbewußtsein und persönl. Handeln. Weinheim: Dt. Studienverlag 1986
R. Gutman (Hg.): People and Buildings. New York: Basic Books 1972
W. Hellpach: Geopsyche. Stuttgart: Enke ⁸1977
W. H. Ittelson, H. M. Proshansky, L. G. Rivlin, G. H. Winkel (Hg.): Einf. in die Umweltps. Stuttgart: Klett-Cotta 1977
G. Kaminski (Hg.): Umweltps. Stuttgart: Klett 1976
L. Kruse, C. F. Graumann, E. D. Lantermann (Hg.): Ökops. München: Ps. Verlags Union 1987
E. D. Lantermann (Hg.): Wechselwirkungen. Göttingen: Hogrefe 1982
N. Luhmann: Ökolog. Kommunikation. Köln: Westdt. Verlag 1986
A. Mehrabian: Räume des Alltags. Frankfurt: Campus 1987
R. Miller: Einführung in die Ökolog. Ps. Opladen: Leske & Budrich 1986
H. Mogel: Ökops. Stuttgart: Kohlhammer 1984
J. Pechstein: Umweltabhängigkeit der frühkindl. zentralnervösen Entwicklung. Stuttgart: Thieme 1974
H. Petzold (Hg.): Psychotherapie und Friedensarbeit. Paderborn: Junfermann 1986
H. M. Proshansky, W. H. Ittelson, L. Y. Rivlin (Hg.): Environmental Psychology. New York: Holt 1970
E. Schramm (Hg.): Ökologie-Lesebuch. Frankfurt: Fischer TB 1984
H. Walter, R. Oerter (Hg.): Ökologie und Entwicklung. Donauwörth: Auer 1979
W. Wickler: Verhalten und Umwelt. Hamburg: Hoffmann & Campe 1972

17 sk.: Zoopsichologija

Zoopsichologija yra psichologijai ir biologijai gretima sritis. Jos temos daugiausia susijusios su lyginamąja elgesio teorija. Įvadui: Immelmannas.

W. F. Angermeier: Die Evolution des operanten Lernens. Eine vergleichende Etho-Ps. Basel: Karger 1983

R. Apfelbach, J. Döhl: Verhaltensforschung. Stuttgart: G. Fischer 1976

M. v. Cranach, K. Foppa, W. Lepenies, D. Ploog (Hg.): Human Ethology. Cambridge: Univ. Press 1979

I. Eibl-Eibesfeldt: Grundriß der vergleichenden Verhaltensforschung. München: Piper [4]1974

D. Franck: Verhaltensbiologie. Stuttgart: Thieme 1979

K. v. Frisch: Tanzsprache und Orientierung der Bienen. Berlin: Springer 1965

H. F. u M. K. Harlow: Social Deprivation in Monkeys. Scient. Am. 207, 1962

H. Hediger: Tierps. im Zoo und im Zirkus. Basel: Reinhardt 1961

E. H. Hess: Prägung. München: Kindler 1975

A. Heymer (Hg.): Etholog. Wb. Berlin: Parey 1977

E. v. Holst: Zur Verhaltensphysiologie bei Tieren und Menschen. 2 Bde. München: Piper 1969/70

K. Immelmann: Einf. in die Verhaltensforschung. Berlin: Parey 1976

Th. Kapune: Untersuchung zur Bildung eines „Wertbegriffs" bei niederen Primaten. Zs. Tierps. 23, 1966

O. Koehler: Physiological Mechanism in Animal Behavior. New York: Academic Press 1950

W. Köhler: Intelligenzprüfungen an Menschenaffen. Berlin: Springer [3]1973

O. König: Kultur und Verhaltensforschung. München: dtv 1970

P. Marler, W. J. Hamilton: Tier. Verhalten. München: BLV 1972

H. R. Maturana, F. J. Varela: Der Baum der Erkenntnis. Bern: Scherz 1987

D. McFarland: Biologie des Verhaltens. Weinheim: VCH 1989

A. Remané: Sozialleben der Tiere. Stuttgart: G. Fischer 1976

B. Rensch: Gedächtnis, Begriffsbildung und Planhandlungen bei Tieren. Berlin: Parey 1973

R. Riedl: Evolution und Erkenntnis. München: Piper 1982

K. R. Scherer, A. Starke, P. Winkler (Hg.): Psychobiologie. München: dtv 1987

G. Tembrock: Grundlagen der Tierps. Reinbek: Rowohlt 1974

N. Tinbergen: Instinktlehre. Berlin: Parey [5]1972

G. Vogel, H. Angermann: dtv-Atlas zur Biologie. 3 Bde. München: dtv [7, 6, 6]1992

E. O. Wilson: Sociobiology. Cambridge (Mass): Belknap 1975

W. Winkler, U. Seibt (Hg.): Vergl. Verhaltensforschung. Hamburg: HoCa 1973

18 sk.: Psichodiagnostika

Pateiktos nuorodos tik į teorinę literatūrą. Apie pačius testus žr. F. Dorsch (Hg.): Psycholog. Wörterbuch (ab 10. Aufl. ggü. der 9. Aufl. gekürzt). Bern: Huber [12]1994, Seite: 769ff. *Įvadui:* Plaumas.

R. Brickenkamp (Hg.): Hb. ps. und pädagog. Tests. Göttingen: Hogrefe 1979 (Erg.-Bd. 1983)

L. J. Cronbach: Essentials of Psychological Testing. New York: Harper & Row [3]1970

L. J. Cronbach, G. C. Gleser: Psychological Test and Personal Decision. Urbana: University Press 1957

R. Dietrich: Psychodiagnostik. München: Reinhardt 1973

P. H. DuBois: A History of Psychological Testing. Boston: Allyn & Bacon 1970

G. Faßnacht: Systemat. Verhaltensbeobachtung. München: Reinhardt 1979

G. H. Fischer: Einf. in die Theorie ps. Tests. Bern: Huber 1975

J. Fisseni: Lb. der ps. Diagnostik. Göttingen: Hogrefe 1990

K. J. Groffmann, L. Michel (Hg.): Intelligenz- und Leistungsdiagnostik. Göttingen: Hogrefe 1983

H. Grunwald: Die sozialen Ursprünge ps. Diagnostik. Darmstadt: Steinkopff 1980

W. Gutjahr: Die Messung psych. Eigenschaften. Köln: Kiepenheuer & Witsch 1977

H. Haase: Tests im Bildungswesen. Göttingen: Hogrefe 1978

R. Heiss (Hg.): Ps. Diagnostik. Hb. der Ps. 6. Bd. Göttingen: Hogrefe [3]1971

R. Herrnstein: IQ in the Meritocracy. Boston: Little Brown 1973

K. Holm (Hg.): Die Befragung. München: Francke 1976

K. Ingenkamp, R. Horn, R. S. Jäger (Hg.): Tests und Trends 1–6. Weinheim, München: Beltz und PVU 1981–1987

R. S. Jäger: Der diagnost. Prozeß. Göttingen: Hogrefe 1983

R. S. Jäger: Lehrb. der ps. Diagnostik. Weinheim: Beltz 1987
R. S. Jäger, A. Mattenklott, R.-D. Schröder (Hg.): Diagnost. Urteilsbildung in der Ps. Göttingen: Hogrefe 1984
H. T. Kranz: Einf. in die klass. Testtheorie. Frankfurt: Fachbuchh. für Ps. 1979
K. Kubinger (Hg.): Moderne Testtheorie. Weinheim: Beltz ²1989
R. Leichner: Ps. Diagnostik. Weinheim: Beltz 1979
G. A. Lienert: Testaufbau und Testanalyse. Weinheim: Beltz ³1969
D. C. McClelland: Assessing Human Motivation. New York: Modern Learning Press 1974
K. Pawlik (Hg.): Diagnose der Diagnostik. Stuttgart: Klett 1976
E. Plaum: Einf. i. d. Psychodiagnostik. Darmstadt: Primus 1997
U. Rauchfleisch: Testps. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht 1980
G. Schiepek: System. Diagnostik in der Klin. Ps. München: Ps. Verlags Union 1986
D. Schulte (Hg.): Diagnostik in der Verhaltenstherapie. München: Urban & Schwarzenberg 1974
G. Weise: Ps. Leistungstests. Göttingen: Hogrefe 1975

19 sk.: Klinikinė psichologija

Remiantis bendrais vertinimais, maždaug 60% naujų psichologijos leidinių (bent iš dalies) sudaro klinikinė psichologija. Todėl čia nurodyta tik keletas svarbiausių knygų, iš kurių literatūros nuorodų galima sužinoti ir apie kitas. Iš esmės reikėtų vadovautis „pirmine literatūra", t. y pirmaisiais autoriais ir terapijų pagrindėjais.

1) *Įvadui tinka dvitomis* dtv-Wb. zur Klin. Ps. München: dtv Kösel 1981.
Kiti vadovėliai:
U. Baumann, M. Perrez (Hg.): Klin. Ps. 2 Bde. Bern: Huber 1990
H. Benesch: Enzykl. Wb. Klin. Ps. und Psychotherapie. Weinheim: PVU Beltz 1995
R. J. Corsini (Hg.): Hb. der Psychotherapie. 2 Bde. Weinheim: PVU ²1987
G. C. Davison, J. M. Neale: Klin. Ps. München: Urban & Schwarzenberg ³1988
L. J. Pongratz (Hg.): Klin. Ps. 2 Bde. Göttingen: Hogrefe 1977/78
C. Reimer (Hg.): Psychotherapie. Berlin: Springer 1996
H. Reinecker (Hg.): Lb. der Klin. Ps. Göttingen: Hogrefe 1990
W. Toman, R. Egg (Hg.): Psychotherapie. 2 Bde. Stuttgart: Kohlhammer 1985
W. Wittling (Hg.): Hb. der Klin. Ps. 6 Bde. Hamburg: Hoffmann & Campe 1980
2/3) *Pagrindinė psichoanalizės literatūra yra* Sigmundo Freudo veikalai. 10 tomų (1 priedų tomas) studiją su komentarais 1969–1987 m. Frankfurte, Fischerio leidykloje, išleido A. Mitscherlichas, A. Richardsas, J. Strachey.
Šeši įvadai:
J. Cremerius: Vom Handwerk des Psychoanalytikers. Stuttgart: Frommann-Holzboog 1984
J. Cremerius (Hg.): Die Zukunft d. Psa. Frankfurt: Suhrkamp 1995
L. Luborsky: Einf. in die analyt. Psychotherapie. Berlin: Springer 1988
W. Mertens (Hg.): Psa. Ein Hb. in Schlüsselbegriffen. München: Urban & Schwarzenberg 1983
J. Rattner: Klassiker der Tiefenps. München: PVU 1990
H. Thomä, H. Kächele: Lehrb. der psa. Therapie. Berlin: Springer 1985
Žodynas:
J. Laplanche, J.-B. Pontalis: Das Vokabular der Psa. 2 Bde. Frankfurt: Suhrkamp ³1977
Iš istorijos:
D. Eicke (Hg.): Tiefenps. Weinheim: Beltz 1982
J.-B. Fages: Gesch. der Psa. nach Freud. Frankfurt: Ullstein 1981
4) *Kita svarbi gelmių psichologijos literatūra yra* Alfredo Adlerio *ir* Carlo Gustavo Jungo *veikalai.*
Svarbiausias Adlerio *knygas išleido* Fischerio leidykla (Fischer-Taschenbücher serija): Menschenkenntnis (1966), Der Sinn des Lebens (1973), Die Technik der Individualps. (1974), Kindererziehung (1976), Studien über Minderwertigkeit von Organen (1977), Neurosen (1981).
Įvadui:
A. Bruder-Bezzel: Geschichte der Individualps. Frankfurt: Fischer 1991
R. Brunner, R. Kausen, M. Titze (Hg.): Wb. der Individualps. München: Reinhardt 1985.
M.-L. v. Franz: C. G. Jung. Frauenfeld: Huber 1972
H. Hark (Hg.): Lexikon Jungscher Grundbegriffe. Olten: Walter 1988
A. Samuels, B. Shorter, F. Plaut: Wb. Jungscher Ps. München: dtv 1991
Kaip įvadas į C. G. Jungo *veikalus* rekomenduotinos garsiosios 1935 m. Tavistocko paskaitos *vokiečių k.:* C. G. Jung: Über die

Grundlagen der Analytischen Psychologie. Zürich: Rascher 1969.

Toliau: F. Alt (Hg.): Das C. G. Jung-Lesebuch. Frankfurt: Ullstein 1986.
Dar tolesnei orientacijai: D. Wyss: Die tiefenps. Schulen von den Anfängen bis zur Gegenwart. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht [5]1977
Įvadui:
J. Rattner (Hg.): Pioniere der Tiefenps. Wien: Europaverlag 1979

5/6) *Kas yra elgesio terapijos pagrindėjai, diskutuotina.*
J. Wolpe: Praxis der Verhaltenstherapie. Bern: Huber 1972
H. J. Eysenck: Behavior Therapy and Neuroses. Oxford: Pergamon Press 1966.
Iš istorijos:
A. Schorr: Verhaltenstherapie. Weinheim: Beltz 1984
Įvadas ir pagrindinė lektūra:
P. Halder-Sinn: Verhaltenstherapie. Stuttgart: Kohlhammer [3]1985
S. Fliegel, W. M. Groeger u. a.: Verhaltenstherapeut. Standardmethoden. Weinheim: PVU [2]1989
H. Reinecker: Grundlagen der Verhaltenstherapie. Weinheim: PVU 1987
M. Linden, M. Hautzinger (Hg.): Verhaltenstherapie. Berlin: Springer 1993
Apie kognityvinę elgesio terapiją:
E. Jaeggi: Kognitive Verhaltenstherapie. Weinheim: PVU [2]1979
7) *Gyviausiai supažindina pirmoji* Carlo Rogerso *knyga apie terapiją:* Counseling and Psychotherapy (1942; *joje pateikti pirmieji terapijos seansų garso įrašai); vokiečių k.:* Die nicht-direktive Beratung. München: Kindler 1972.
Pagrindinis vadovėlis:
R. u A. M. Tausch: Gesprächspsychotherapie. Göttingen: Hogrefe [8]1981
Įvadui:
W. Grunewald (Hg.): Krit. Stichwörter zur Gesprächspsychotherapie. München: Fink 1979
P. Jankowski u. a. (Hg.): Klientenzentrierte Psychotherapie heute. Göttingen: Hogrefe 1976
8) *Apie bendravimo terapiją:*
G. Beatson: Ökologie des Geistes. Frankfurt: Suhrkamp [3]1983
P. Watzlawick, J. H. Beavin, D. D. Jackson: Menschl. Kommunikation. Formen. Störungen, Paradoxien. Bern: Huber [2]1971
Apie transakcinę analizę:
E. Berne: Transactional Analysis and Psychotherapy. New York: Grove Press 1961
Apie braižo analizę:
F. English: Es ging doch gut, was ging denn schief. München: Kaiser 1982
Įvadui:
G. Barnes: Transaktionsanalyse seit Eric Berne. Berlin: Inst. f. Kommunikationstherapie 1979
M. Brown, S. Woolans, K. Huige: Abriß der Transaktionsanalyse. Frankfurt: Fachbuchh. für Ps. 1981
L. Schlegel: Grundriß der Tiefenps. Bd. 5: Die Transaktionsanalyse. München: Francke 1979
9) *Kaip svarbiausi kognityvinės terapijos tekstai pateikti šešių krypčių pagrindėjų kūriniai:*
Aš psichologijos:
E. H. Erikson: Identität und Lebenszyklus. Frankfurt: Suhrkamp [5]1979
fenomenologinės terapijos:
V. v. Weizsäcker: Der Gestaltkreis. Stuttgart: Thieme [2]1973
humanistinės terapijos:
V. E. Frankl: Die Sinnfrage in der Psychotherapie. München: Piper 1985
geštaltinės terapijos:
F. S. Perls: Gestalt, Wachsein, Integration. Paderborn: Junfermann 1980
kognityvinės terapijos:
A. T. Beck, A. J. Rush, B. F. Shaw, G. Emery: Kognitive Therapie der Depression. München: Ps. Verlags Union [2]1986
racionaliosios bei emocinės terapijos:
A. Ellis: Die rational-emotive Therapie. München: Urban & Schwarzenberg 1977
Įvadui:
N. Hoffmann (Hg.): Grundlagen der kognitiven Therapie. Bern: Huber 1979
10) *Apie kūno terapiją:*
W. Reich: Die Funktion des Orgasmus. Köln: Kiepenheuer & Witsh 1969
A. Lowen: Bio-Energetik. München: Kösel 1975
M. Feldenkrais: Die Entdeckung des Selbstverständlichen. Frankfurt: Insel 1985
H. Legewie, L. Nusselt (Hg.): Biofeedback-Therapie. München: Urban & Schwarzenberg 1979
Įvadui:
H. Petzold (Hg.): Die neuen Körpertherapien. Paderborn: Junfermann [4]1985
E. Kirchmann: Mod. Verfahren in der Bewegungstherapie. Paderborn: Junfermann 1985

11) *Apie meditacijos metodą:*
R. Bleistein (Hg.): Wege zur Meditation. München: Pfützner 1977
U. Reiter: Wege zum Selbst. München: Schönberger 1976
K. Graf Dürckheim: Der Ruf nach dem Meister. Weilheim: Barth 1972
A. Govinda: Der Weg der weißen Wolken. Bern: Scherz [9]1985
L. Schwäbisch. M. Siems: Selbstentfaltung durch Meditation. Reinbek: Rowohlt [3]1979
Įvadui:
M. Seitz: Der Meditationsführer. München: Schönberger 1985
M. Petzold: Ind. Ps. München: Ps. Verlags Union 1986
12) *Apie įtaigos metodą:*
I. H. Schultz: Autogenes Training. Stuttgart: Thieme [15]1976
M. H. Erickson, E. L. u S. L. Rossi: Hypnose. München: Pfeiffer 1978
H. Kleinsorge: Hypnose. Stuttgart: G. Fischer 1986
C. Kossack: Hypnose. München: PVU 1989
E. Sheehan: Selbsthypnose. Paderborn: Junfermann 1996
13) *Apie grupinę terapiją:*
J. L. Moreno: Gruppenpsychotherapie und Psychodrama. Stuttgart: Thieme 1959
L. P. Bradford, J. R. Gibb, D. K. Benne: Gruppentraining. Stuttgart: Klett 1972
S. H. Foulkes: Gruppenanalyt. Psychotherapie. Frankfurt: Fischer 1986
H. Petzold, R. Frühmann (Hg.): Modelle der Gruppe. 2 Bde. Paderb.: Junfermann 1986
J. D. Yalom: Gruppenpsychotherapie. München: Kindler 1970
Įvadui:
P. Kutter (Hg.): Methoden und Theorien der Gruppenpsychotherapie. Stuttgart: Frommann-Holzboog 1985
14) *Apie šeimos terapiją:*
N. W. Ackerman: Treating the troubled Family. New York: Basic Books 1966
Įvadui:
K. Schneider (Hg.): Familientherapie in der Sicht psychotherapeut. Schulen. Paderborn: Junfermann [3]1988
E. J. Brunner: Grundfragen der Familientherapie. Berlin: Springer 1986
H. G. Preuss: Ehepaartherapie. Frankfurt: Fischer [2]1985
M. E. Textor: Integrative Familientherapie. Berlin: Springer 1985
S. Schmidtchen: Klientenzentrierte Spiel-und Familientherapie. Weinheim: PVU [3]1991
F. B. Simon, H. Stierlin: Die Sprache der Familientherapie. Stuttgart: Klett-Cotta 1984
15) *Apie vaikų terapiją:*
G. Deegener: Grundlagen der Psychotherapie bei Kindern und Jugendlichen. Weinheim: Beltz 1990
A. Freud. Einf. in die Technik der Kinderanalyse. München: Kindler [3]1973
M. Klein: Das Seelenleben des Kleinkindes. Stuttgart: Klett 1962
S. Lindsay, G. Powell (Hg.): Handbook of Clinical Adult Ps. Aldershot: Gover 1987
D. W. Winnicott: Vom Spiel zur Kreativität. Stuttgart: Klett 1973
H. E. Richter: Eltern, Kind und Neurose. Stuttgart: Klett [2]1967
Įvadui:
K. Aichele, G. Volk: Kinder in Psychotherapie. Waiblingen-Hohenacker: Bonz 1992
V. Kuhlen: Verhaltenstherapie im Kindesalter. München: Juventa [2]1973
C. E. Schaefer, H. L. Millman: Kompendium der Psychotherapie in Kindheit und Pubertät. Frankfurt: Fachbuchh. für Ps. 1984
16) *Apie kalbos terapiją:*
C. van Riper: Speech Correction. Englewood Cliffs: Prentice-Hall [5]1975
K. P. Becker, M. Sovák: Lb. der Logopädie. Berlin (Ost): Volk und Gesundheit 1971
R. Fiedler, R. Standop: Stottern. München: Urban & Schwarzenberg [2]1986
G. Szagun: Sprachentwicklung beim Kind. Weinheim: PVU [4]1991
17) *Apie sielovadą:*
H. Hanselmann: Andragogik. Zürich: Rotapfel 1951
H. H. Perlman: Soziale Einzelhilfe als problemlösender Prozeß. Freiburg: Lambertus [2]1970
G. Jentschura (Hg.): Beschäftigungstherapie. Stuttgart: Thieme [2]1974
E. Heim: Milieutherapie. Bern: Huber 1978
A. Gaertner (Hg.): Sozialtherapie. Neuwied: Luchterhand 1982
J. Brandtstädter, A. v. Eye: Ps. Prävention. Bern: Huber 1982
H. Hartwig, K. H. Menzen (Hg.): Kunsttherapie. Berlin: Verlag Ästhetik und Kommunikation 1985
D. S. u L. Everstine: Krisentherapie. Stuttgart: Klett-Cotta 1985
D. Kleiber, B. Rommelspacher (Hg.): Die Zukunft des Helfens. Weinheim: Beltz 1986
18) *Apie miego terapiją:*
D. Foulkes: Die Ps. des Schlafes. Frankfurt: Suhrkamp 1969

H. Kleinsorge: Schlafbehandlung. In: E. Stern (Hg.): Die Psychotherapie in der Gegenwart. Zürich: Rascher 1958
V. J. Jovanović: Schlaf und Traum. Stuttgart: Thieme ³1979
19) *Apie sapnų psichologiją:*
S. Freud. Die Traumdeutung. Frankfurt: Fischer 1961
M. Boss: Der Traum und seine Auslegung. Bern: Huber 1953
J. A. Hall: Die Arbeit mit Träumen in Klinik und Praxis. Paderborn: Junfermann 1985
E. F. Sharpe: Traumanalyse. Stuttgart: Klett-Cotta 1984
20) *Apie lytinę terapiją:*
C. König (Hg.): Gestörte Sexualentwicklung. München: Reinhardt 1989
W. H. Masters, V. E. Johnson: Die sexuelle Reaktion. Frankf.: Akad. Verlagsges. 1967
W. Sigusch: Therapie sexueller Störungen. Stuttgart: Thieme 1975
J. Bancroft: Grundlagen und Probleme menschl. Sexualität. Stuttgart: Enke 1985

20 sk.: Taikomoji psichologija

Taikomosios psichologijos literatūra yra ne tokia gausi kaip klinikinės psichologijos, tačiau daug platesnės tematikos. Pradžioje pateiktas vienas senesnis ir du naujesni įvadai bei istorinės tematikos veikalų:

A. Anastasi: Angew. Ps. Weinheim: Beltz 1972
H. Benesch: Anwendungsfelder der. Ps. Weinheim: PVU 1992
F. Dorsch: Gesch. und Probleme der angew. Ps. Bern: Huber 1963
D. Frey, C. Hoyos, D. Stahlberg (Hg.): Angewandte Ps. Weinheim: PVU 1992
1) *Apie darbo psichologiją:*
W. Adamy, J. Steffen: Hb. der Arbeitsbeziehungen. Opladen: Westdt. Verlag 1985
H. Bullens (Hg.): Die Zukunft der Arbeit. Heidelberg: Asanger 1990
P. Großkurth, W. Volpert: Lohnarbeitsps. Frankfurt: Fischer 1975
P. Großkurth (Hg.): Arbeit und Persönlichkeit. Reinbek: Rowohlt 1979
W. Hacker: Allg. Arbeits- und Ingenieursps. Bern: Huber 1978
C. Hoyos: Arbeitsps. Stuttgart: Kohlhammer 1974
C. Hoyos: Psycholog. Unfall- und Sicherheitsforschung. Stuttgart: Kohlhammer 1980
K. Landau, W. Rohmert: Fallbeispiele zur Arbeitsanalyse. Bern: Huber 1981
E. Mayo: Probleme industrieller Arbeitsbedingungen. Frankfurt: Fischer 1950
H. Schmale: Ps. der Arbeit. Stuttgart: Klett 1983
E. Ulich: Arbeitsps. München: Poeschel ²1992
2) *Apie ergonomiką:*
O. Lanc: Ergonomie. Stuttgart: Kohlhammer 1975
K. F. H. Murell: Ergonomie. Düsseldorf: Econ 1971
H. Schmidtke: Ergonomie. 2 Bde. München: Hanser ²1981
3) *Apie profesinę psichologiją:*
H. Benesch, F. Dorsch (Hg.): Berufsaufgaben und Praxis des Psychologen. München: Reinhardt ²1984
J. O. Crites: Vocational Psychology. New York: McGraw-Hill 1969
U. Kleinbeck: Motivation und Berufswahl. Göttingen: Hogrefe 1975
K. H. Seifert (Hg.): Hb. der Berufsps. Göttingen: Hogrefe 1977
F. Stoll (Hg.): Arbeit und Beruf. 2 Bde. Weinheim: Beltz 1983
4) *Apie teisės psichologiją:*
F. Arntzen: Vernehmungsps. München: Beck 1978
H. Dettenborn, H.-H. Fröhlich, H. Szewczyk: Forensische Psychologie. Berlin (Ost): Dt. Verlag d. Wiss. 1984
U. Füllgrabe: Kriminalps. Stuttgart: Verlag für Angew. Ps. 1983
G. Kette: Rechtsps. Berlin: Springer 1987
H. Liebel, W. v. Uslar: Forens. Ps. Stuttgart: Kohlhammer 1975
F. Lösel (Hg.): Kriminalps. München: Urban & Schwarzenberg 1983
W. Seitz (Hg.): Kriminal- und Rechtsps. München: Urban & Schwarzenberg 1983
U. Undeutsch (Hg.): Forens. Ps. Göttingen: Hogrefe 1967
5) *Apie eismo psichologiją:*
C. Hoyos (Hg.): Ps. im Straßenverkehr. Bern: Huber 1974
D. Klebelsberg: Verkehrsps. Berlin: Springer 1982
E. Spoerer: Einf. in die Verkehrsps. Darmstadt: Wiss. Buchges. 1979
6) *Apie ūkio psichologiją:*
H. Benesch: Wirtschaftsps. München: Reinhardt 1962
E. R. Corey, S. H. Star: Marktorientierte Unternehmensplanung. Essen: Girardet 1973
J. F. Engel, R. D. Blackwell: Consumer Behavior. London: Dryden 1982
G. Fabiunke, O. Grünwald: Verkaufsps. Berlin (Ost): Die Wirtschaft 1983

G. H. Fischer: Verkaufsprozesse mit Interaktion. Gernsbach: Dt. Betriebswirte-Verlag 1981
G. Gutjahr: Markt- und Werbeps. 2 Bde. Heidelberg: Sauer 1972/74
H. Haase. W. Molt (Hg.): Markt und Umwelt. 3. Bd. Hh. der Angew. Ps. München: Mod. Ind. 1980
C. Hoyos. W. Kroeber-Riel. L. von Rosenstiel. B. Strümpel (Hg.): Wirtschaftsps. in Grundbegriffen. Weinheim: PVU [2]1990
M. Irle (Hg.): Marktps. 2 Bde. Göttingen: Hogrefe 1983
W. Kroeber-Riel: Konsumentenverhalten. München: Vahlen [3]1984
S. Morse: Marketingmanagement. Frankfurt: Fischer 1973
7) *Apie reklamos psichologiją:*
K. C. Behrens: Hb. zur Werbung. Wiesbaden: Gabler 1970
H. Benesch. W. Schmandt: Manipulation und wie man ihr entkommt. Stuttgart: Dt. Verlagsanstalt 1979; Frankfurt: Fischer [2]1982
H. M. Fischerkoesen: Experimentelle Werbeerfolgsprognose. Wiesbaden: Gabler 1967
H. Mayer. U. Däumer. H. Rühle: Werbeps. Stuttgart: Poeschel 1982
M. Moline. J. Douce: Werbung. Motive. Märkte. Medien. Frankfurt: Fischer 1980
R. Muccielli: Ps. der Werbung. Salzburg: Müller 1972
B. Spiegel: Werbeps. Untersuchungsmethoden. Berlin: Duncker & Humblot 1958
8) *Apie žiniasklaidos psichologiją:*
H. Benesch: Experimentelle Ps. des Fernsehens. München: Reinhardt 1968
H. J. Kagelmann. G. Wenninger (Hg.): Medienps. München: Urban & Schwarzenberg 1982
P. Winterhoff-Spurk: Fernsehen. Bern: Huber 1986
9) *Apie pedagoginę psichologiją:*
W. Arnhold (Hg.): Texte zur Schulps. und Bildungsberatung. 2 Bde. Braunschweig: Westermann 1975/77
G. Keller. B. Thewalt: Prakt. Schulps. Heidelberg: Asanger 1990
M. Müller: Die schulps. Beratungsstelle. München: Reinhardt 1973
K. Siegfried: Erziehungsberatung und Schulps. Bern: Huber 1969
W. Wegner: Der Psychologe im Schulbereich. In: H. Benesch. F. Dorsch: Berufsaufgaben und Praxis des Psychologen. München: Reinhardt [2]1984
10) *Apie politikos psichologiją:*
B. Claussen. K. Wasmund (Hg.): Hb. der Polit. Sozialisation. Braunschweig: Petersen 1982
H. Moser (Hg.): Polit. Ps. München: Urban & Schwarzenberg 1979
H. Moser (Hg.): Fortschritte der Polit. Ps. Weinheim: Beltz 1981
11) *Apie laisvalaikio psichologiją:*
H. Benesch: Automatenspiele. Heidelberg: Asanger 1992
K. Finger. B. Gayler. H. Hahn. K. D. Hartmann: Animation im Urlaub. Starnberg: Studienkreis für Tourismus 1975
R. Schmitz-Scherzer: Sozialps. der Freizeit. Stuttgart: Kohlhammer 1974
12) *Apie sporto psichologiją:*
G. Bäumler. H. Rieder. W. Seitz: Sportps. Schorndorf: Hofmann 1972
H. Deimel: Sporttherapie bei psych. Erkrankungen. Berlin: Springer 1983
H. Eberspächer: Sportps. Reinbek: Rowohlt 1990
P. Rókusfalvy: Sportps. Berlin (Ost): Sportverlag 1980
A. Thomas (Hg.): Sportps. München: Urban & Schwarzenberg 1982

21 sk.: Kultūros psichologija

Kultūros psichologija yra plati, tačiau gvildenama netolygiai. Apie religijos psichologiją yra daugybė veikalų. Labai trūksta mokslo psichologijos literatūros (*išimtis:* Maslow). *Tą patį galima pasakyti ir apie civilizacijos psichologiją, kuri tapo reikšmingesnė, kai prisišliejo prie aplinkos psichologijos* (sk. 16). *Meno psichologija nagrinėjama įvairiapusiškai. Apie pasaulėžiūros psichologijos literatūrą žr.* Benesch, 1990.

Svarbių knygų rinkinys:

C. G. Allesch. E. Billmann-Mahecha: Perspektiven der Kulturps. Heidelberg: Asanger 1989
G. W. Allport: The Individual and his Religion. New York: Addison-Wesley 1954
M. Argyle. B. Beit-Hallami: The Social Psychology of Religion. London: Methuen 1975
R. Arnheim: Zur Ps. der Kunst. Köln: Kiepenheuer & Witsch 1977
H. Benesch: „Und wenn ich wüßte, daß morgen die Welt unterginge..." Zur Ps. der Weltanschauungen. Weinheim: Beltz 1984
H. Benesch: Warum Weltanschauung. Eine ps. Bestandsaufnahme. Frankfurt: Fischer 1990
E. E. Boesch: Kultur und Handlung. Einf. in die Kulturps. Bern: Huber 1980

R. W. Brislin, W. J. Lonner, R. M. Thorndike: Cross-cultural Research Methods. New York: Wiley 1972
H. Bruhn, R. Oerter, H. Rösing (Hg.): Musikps. München: Urban & Schwarzenberg 1985
A. Busemann: Weltanschauung in ps. Sicht. München: Reinhardt 1967
G. Condrau (Hg.): Ps. der Kultur. Weinheim: Beltz 1982
N. Elias: Über den Prozeß der Zivilisation. Frankfurt: Suhrkamp 1967
V. E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern: Huber 1972
S. Freud: Die Zukunft einer Illusion. Frankfurt: Fischer [4]1968
H. Friedrich: Kulturverfall und Umweltkrise. München: dtv 1982
B. Grom: Religionsps. München und Göttingen: Kösel/Vandenhoeck & Ruprecht 1992
W. Hellpach: Kulturps. Stuttgart: Enke 1953
N. G. Holm: Einführung in die Religionsps. München: Reinhardt 1990
K. Jaspers: Ps. der Weltanschauungen. Berlin: Springer [6]1967
H. Klages, P. Kmieciak (Hg.): Wertwandel und gesellschaftl. Wandel. Frankfurt: Lang 1976
H. u S. Kreitler: Ps. der Kunst. Stuttgart: Kohlhammer 1980
Th. Kuhn: Die Struktur wiss. Revolutionen. Frankfurt: Suhrkamp 1967
R. Langner (Hg.): Ps. der Literatur. München: Ps. Verlags Union 1986
A. Malraux: Ps. der Kunst. Hamburg: Rowohlt 1957
U. Mann: Einf. in die Religionsps. Darmstadt: Wiss. Buchges. 1973
A. J. Marsella, R. G. Tharp, T. J. Liborowski (Hg.): Perspectives on Cross-cultural Psychology. New York: Academic Press 1979
D. C. McClelland: Motivation und Kultur. Bern: Huber 1967
A. H. Maslow: Die Ps. der Wiss. München: Goldmann 1977
A. Moles: Informationstheorie und ästhet. Wahrnehmung. Köln: DuMont Schauberg 1971
J. Pfeiffer: Literaturps. Würzburg: Königshausen u. Neumann 1989
C. A. Schmitz (Hg.): Kultur. Wiesbaden: Akad. Verlagsges. 1963
M. Schuster, H. Beisl: Kunstps. Köln: DuMont Schauberg 1978
E. Spranger: Philosophie und Ps. der Religion. Tübingen: Niemeyer 1974
H. Stachowiak, Th. Herrmann, K. Stapf (Hg.): Bedürfnisse, Werte und Normen im Wandel. München: Fink/Schöningh 1982
H. G. Triandis, W. W. Lambert (Hg.): Handbook of Cross-cultural Psychology. Boston: Allyn & Bacon 1980
W. Winkler: Ps. der mod. Kunst. Tübingen: Mohr 1949
W. Wundt: Völkerps. 10 Bde. Leipzig: Engelmann [6]1911

Vardų rodyklė

I tomo (9–228 p.) ir II tomo (229–473 p.) vardų rodyklė

Dalykų rodyklė

I tomo (9–228 p.) ir II tomo (229–473 p.) dalykų rodyklė

Š

T

Benesch, Hellmuth

Be-196 Psichologijos atlasas / Hellmuth Benesch. – Vilnius: Alma littera, 2001–2002.

Viršelio Aut. nenurodytas

ISBN 9955–08–016–7

T. 2. – 2002. – 229–508 p. iliustr. Bibliogr.: p. 474–494. Pavardžių ir dalykų r-klės: p. 495–507. – ISBN 9955–08–114–7

Dvitomio II t. apima asmenybės, raidos, socialinės, masių, aplinkos psichologijos, zoopsichologijos, psichodiagnostikos, klinikinės, taikomosios ir kultūros psichologijos skyrius; yra svarbiausių sąvokų aiškinamasis žodynėlis, literatūros sąrašas, vardų ir dalykų rodyklės..

UDK 159.9(084.4)

Hellmuth Benesch
PSICHOLOGIJOS ATLASAS, t. 2

Viršelis *Deimantės Rybakovienės*
Korektorė *Aldutė Sidarkevičienė*
Maketavo *Valdas Bautrėnas*

Užs. 482
Leidykla „Alma littera", Juozapavičiaus g. 6/2, 2005 Vilnius
Interneto svetainė: http://www.almali.lt
Spaudė AB spaustuvė „Spauda", Laisvės pr. 60, 2056 Vilnius

ŠVIETIMAS LIETUVOS ATEIČIAI

„Švietimas Lietuvos ateičiai" – projektas, atsiradęs sutapus Lietuvoje vykstančios švietimo reformos ir filantropo George'o Soroso veiklos siekiams. Jį įgyvendina Atviros Lietuvos fondas, bendradarbiaudamas su Švietimo ir mokslo ministerija. Projekto paskirtis – tobulinant švietimo sistemą paskatinti atviros pilietinės visuomenės Lietuvoje kūrimąsi.

Su psichologijos problemomis nuolatos susiduria kiekvienas – nuo mažo iki seno. Jos ypač aktualios mūsų laikais, kai dėl alinančio gyvenimo tempo, labai išsiplėtojusio, vis didesnes žmonių grupes ir bendruomenes apimančio tarpusavio bendravimo dvasiniai negalavimai, psichikos sutrikimai darosi dažnesni net už kūno ligas.
Todėl nuolat didėja ir psichologijos – mokslo apie sielą – aktualumas.

Dviejų tomų PSICHOLOGIJOS ATLASE (išverstas iš vokiečių k.), kurio II tomas ir pateikiamas skaitytojams, glaustai, bet nuosekliai ir sistemiškai išdėstytos svarbiausios žinios apie žmogaus psichiką – jo išgyvenimus, mąstymą, elgesį, bendravimą su kitais žmonėmis.

Apie pusę atlaso apimties skirta tekstui, antra pusė – grafinei medžiagai, žymiai palengvinančiai teksto supratimą.

ISBN 9955-08-016-7 (2 tomai)
ISBN 9955-08-114-7 (II tomas)
ISBN 3-423-03224-3

9 789955 081142